

令和6年度 講座

みんなの 厨房

内 容 それぞれの専門講師の指導により、栄養のバランスや健康を考えた献立と料理方法が十分に盛り込まれています。
料理の基礎だけでなく、さらに上級を目指してみませんか。

期 間 2024年5月22日～2025年2月26日（9回）

日 時 第4水曜日 10:00～12:00
（※但し、12月は変則日となります。）

定 員 16名

教材費他 年3回集金 3,000円×3回（5月、9月、12月に集金）

講座予定

月 日	講 師	料 理	月 日	講 師	料 理
5月22日	宮井里美	和・洋食	11月27日	木代 正	ヘルシー中華
6月26日	木代 正	ヘルシー中華	12月18日	亀井えいこ	家庭料理
7月24日	宮井里美	和・洋食	1月22日	有田恵子	家庭料理
9月25日	亀井えいこ	家庭料理	2月26日	木代 正	ヘルシー中華
10月23日	宮井里美	和・洋食			

<準備していただく物>

エプロン・三角巾・ふきん・筆記用具
お持ち帰り用の容器をご用意ください。

ふれあい広場・サザンクロス
電話 25-3396