

夜の 料理 教室

好評につき、
『夜の料理教室』
今春早くも開講します。

手間をかけずに美味しくいただく
簡単時短料理を、
今宵一緒に学びましょう。

おしながき

～疲れた胃腸を癒す～

春の美味しさギュッとつまった
春食材たっぷりメニュー

・春キャベツと大根の
ヘルシーお粥 他3品



※画像は
イメージです

日時：平成31年4月26日（金）
18:30 ～ 20:30

場所：都南公民館 調理実習室(2階)

講師：晴澤 雪枝

(みんなのクッキングレッスン主宰)

対象：市民20人

費用：750円（保険料、材料費）

持ち物：筆記用具、エプロン、
三角巾

申込：4/9(火)10:00より、来館

または電話で受付開始(先着順)

①講座名②氏名（読み・漢字）

③住所④年齢⑤性別⑥電話番号
をお伝え下さい。

【申込先・問合せ】

〒020-0834 盛岡市永井24-10-1

都南公民館「夜の料理教室」係

Tel. 019-637-6611

Fax. 019-637-8700