

野菜と果物で元気！

冬の旬 ミニランチ試食付

1/31(水)9:30～11:30



韓国料理で体を守る力 「免疫力・抵抗力」

メニュー

- ・ 鳥手羽を使った簡単参鶏湯
- ・ キンパ（韓国海苔巻き）
- ・ 季節のスイーツ



講師：宮地 香子氏

- ・ 野菜ソムリエプロ
- ・ 冷凍生活アドバイザー

イメージ写真

- ・ 対象：シニア（60才～） ・ 定員：16人
- ・ 参加費：500円 ・ 持ち物：エプロン、三角巾
- ・ 〆切：1/26まで ・ 申込：窓口又は電話

中屋敷地区センター 電話045-304-3100