

令和8年度 神河町いずみ会

男性の料理教室 参加者募集!

初心者の方も大歓迎!

いずみ会スタッフによる、男性を対象にした健康づくりのための教室です。

「これから料理を始めたい」「料理の腕前を上げたい」

「健康を考えたヘルシー料理を作りたい」 そんな男性におすすめの料理教室です。

初心者も大歓迎!料理の基礎から、いずみ会スタッフが丁寧にサポートします♪
お一人での参加も大歓迎です。仲間と一緒に料理を楽しんでみませんか?

日程	テーマ
5月22日(金)	料理入門編!基本から学ぶ料理のいろは
6月30日(火)	これだけ覚えたい!基本の家庭料理
8月5日(水)	かんたん男メシで夏バテ予防!
9月1日(火)	食欲の秋♪秋の味覚たっぷりごはん
11月5日(木)	おいしく続ける 生活習慣病予防のための食事
12月1日(火)	地域に届けるやさしいお弁当作り~お弁当配食サービス~

時間 10時~12時30分頃まで

場所 大河内保健福祉センター 1階 調理室 (神河町比延5-2)

対象 町内在住の男性 16名程度

参加費 保険代:500円(初回のみ) 材料費:500円程度(毎回)

申込方法 **4/30(木)までに**二次元コードまたは電話でお申込みください。



《お問い合わせ・申込み》

神河町健康福祉課 ☎0790-32-2421

神河町いずみ会 事務局まで

ネット申込み↓



LINE申込み↓

