

お酒のおともに、ご飯のおかずにもOK!
男性の参加もお待ちしています

手軽な材料で作る

簡単おつまみおかず レシピ

6月28日(水)
午前10時～正午



MENU

ねぎとハムのグラタン
かぼちゃとピーマンの炊き合わせ
もやしとバラ肉の煮浸し
混ぜごはん



講師 石田 まり子氏

(藤沢市食生活改善推進団体 四ツ葉会顧問)

場所 こぶし荘 キッチン室・工芸室

対象 市内在住60歳以上の方 12人

費用 500円(材料費)

持ち物 エプロン・三角巾・ふきん2枚・タッパー
マスク・外履き用靴袋

申込み締切り 6月14日(水)

電話または来館にて受付(午前9時から午後4時)

6月15日(木)公開抽選

当選した方にはご連絡しますので、日中連絡がつく電話番号をお知らせください。

※ 講座は急遽延期、又は中止させて頂くことがあります。

【問い合わせ】

いきいきシニアセンターこぶし荘

(藤沢市老人福祉センター)

〒252-0807 藤沢市下土棚800-1

TEL 45-3121 FAX45-3126

(月曜日休館)

第4次藤沢市地域福祉活動計画が策定されました。
「地域福祉」で「一人ひとりが主役 共に支えあい 安心して暮らせるまち」を
めざしましょう。

藤沢市社会福祉協議会のホームページから
ダウンロードできます!
<http://www.fujisawa-shakyo.jp>

