

タイトル 栄養満点・おいしい料理で豊かな食生活を

下記のとおり報告いたしますのでよろしくお願いいたします。

行事・事業名	中央公民館講座 「栄養満点！おいしい！料理教室」
日 時	令和7年 11月30日 12月21日 令和8年 1月25日 2月15日 3月15日 全5回 いずれも日曜日 午前9時30分～11時30分
場所・住所	中央公民館 料理実習室 赤穂市加里屋中洲3丁目55番地
<p>「栄養満点！おいしい！料理教室」の受講者を募集します。</p> <p>栄養を考えた手軽にできる料理について楽しく学ぶ講座です。栄養満点でおいしい料理を作って、健康で笑顔があふれる食生活を送りませんか。</p> <p>◆講 師 石橋 明美 氏 （管理栄養士）</p> <p>◆内 容 栄養を考えたおいしい料理づくり</p> <p>◆受講料 1,000円（材料費は実費。実施した日ごとに清算します。）</p> <p>◆対 象 18歳以上の赤穂市民、通勤・通学者</p> <p>◆定 員 20名（先着順）</p> <p>◆申込み 10月10日（金）から中央公民館にて受付 受付時間：午前9時～午後5時 月曜日は休館日 受講料を添えてお申し込みください。</p> <p>◆問い合わせ先 中央公民館 TEL 43-7450 FAX 43-8440</p> <p><u>募集案内のチラシを添付しています。チラシは中央公民館においてあります。</u> <u>また赤穂市ホームページからダウンロードもできます。</u></p>	
問い合わせ先	<p>部課係名： 教育委員会 生涯学習課 赤穂市中央公民館</p> <p>担当者名： 山本</p> <p>電 話： 43-7450 （内線 ）</p> <p>F A X： 43-8440</p>

栄養満点！おいしい！ 料理教室

受講者
募 集

栄養を考えた手軽にできる料理について楽しく学ぶ講座です。栄養満点でおいしい料理を作って、健康で笑顔があふれる食生活を送りませんか。

- ☆ 講 師 石 橋 明 美 先生（管理栄養士）
☆ 日 時 令和7年 11月30日 12月21日
令和8年 1月25日 2月15日 3月15日
全5回 いずれも日曜日 午前9時30分～11時30分
☆ 会 場 中央公民館料理実習室
☆ 準備物 エプロン、マスク、おてふき、タッパー（持ち帰り用）等。
☆ 内 容 栄養を考えたおいしい料理づくり
☆ お 願 い 材料の準備の都合上、欠席される場合は5日前（実施日の前の週の火曜日）までに、中央公民館まで連絡をしてください。

- ◎ 受講料 1,000円 ※材料費は実費。実施した日ごとに清算します。
◎ 対 象 18歳以上の赤穂市民および通勤・通学者
◎ 定 員 20名（先着順。定員になり次第締め切ります。）
◎ 申し込み 10月10日（金）から中央公民館にて受付
受講料を添えてお申し込みください。
受付時間：午前9時～午後5時 月曜日は休館日
◎ 問い合わせ先 中央公民館 TEL 43-7450 FAX 43-8440



「栄養満点！おいしい！料理教室」受講申込み

令和7年 月 日

ふりがな		男・女	歳
氏 名			
住 所			
電 話			

領 収 書

金1,000円

「栄養満点！おいしい！料理教室」受講料として領収いたしました。

令和7年 月 日

担 当 印