管理栄養士が教える調理実習

バランスのよいクリスマスメニュー

～ MENU ～

- シチュー
- ガーリックトースト
- コールスロー

（お持ち帰りは出来ません）

※写真はイメージです。



料理初心者の方も大歓迎！！

今回は、栄養バランスを考えた簡単でおいしいメニューをご紹介いたします。
栄養士がデモを行いながら、１つ１つ丁寧に教えていきます。
料理が苦手な方でもお気軽にご参加ください！

Let's Enjoy Cooking ♪

開催情報　information

開催日	令和８年 12 月 19 日(土)
時間	10:00～13:00(試食込)
場所	三芳町立中央公民館 2階　キッチンスタジオ
定員	16 名(応募多数時、抽選により決定)
持ち物	エプロン･三角巾･ハンドタオル･飲み物
参加費	1 人　500円
講師	管理栄養士　阿部･町田
応募条件	どの年代の方でも参加可能
申込期間	11 月 2 日(月)～11 月 30 日(月)
発表日	12 月 1 日(火)

※当選者に電話にてお知らせいたします。

交通アクセス

中央公民館・学校給食センター
場所／三芳町北永井348番地2
（三芳中学校と三芳小学校の間です）



共催　三芳町立中央公民館･イムス三芳総合病院

お問合せ･お申込み先
イムス三芳総合病院
地域医療連携室
TEL　049－274－7015
月曜～土曜：8:30～17:30
日･祝休み

公開講座･調理実習･健康体操の情報をホームページにて公開中！
http://www.ims.gr.jp/miyoshisougou/