

平成27年度市民企画講座

主催：ぴゅあ総合 企画：山梨学院大学健康栄養学部

山梨学院大学健康栄養学部の学生による地域食育活動

シニアのための
食事ポイント

楽しい実習！

毎日実践！

いきいき！ 健康食生活 教室



日時 平成27年6月25日（木）
13:30～16:00

会場 ぴゅあ総合 2F 中研修室にお越しください。
定員・対象 32名 どなたでもご参加いただけます。
内容

- ・健康教室、甲州弁ラジオ体操（2F 中研修室にて）
- ・調理実習（2F 調理実習室にて）

調理実習メニュー

ご飯・豚肉巻きフライ

チンゲン菜の蟹あんかけ・帆立と筍のスープ

指導 山梨学院大学 健康栄養学部
材料費 500円
持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル・ふきん（1枚）

※無料託児あり（生後6か月～就学前の児童 講座3日前までにお申し込みください）

甲府市朝氣1-2-2
山梨県立男女共同参画推進センター

ぴゅあ総合

★お申し込み先

TEL 055-235-4171 FAX 055-235-1077

E-MAIL danjo-c@yamanashi-bunka.or.jp

※欠席される場合は必ず連絡をお願いいたします。