

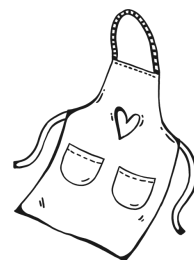
もしもの時に備えた

パッパッキッチン教室



11月28日(土)

10:00~12:00 北上公民館1階 調理室



キッチン用ポリ袋をつかった料理教室です。
災害時はもちろん、普段の料理にも使える簡単
な料理方法で、小学生から大人まで、どなた
でも参加できます。

※小学生の参加には保護者の同伴が必要です。



- 今回は、河北総合支所
- 市民福祉課 管理栄養士の
- 岩渕さん、吉田さん
- に教えていただきます



- メニュー
- ☐ ツナトマトカレー
- ☐ わかめともやしのナムル
- ☐ ごはん



【受講料】 無料

【持ち物】

三角巾、エプロン

ツナ缶(水煮) 1缶、

お米 0.5合

※詳細は通知に記載します。

【申し込み・お問合せ】

北上公民館

☎ : 67-2712

申し込み専用
QRコード



定員

8人

締切り

11/11(水)

※定員になり次第締め切り