

Let's Cooking

# みんなの料理教室

会場・沢渡三ツ沢地域ケアプラザ

1/18 **土** 時間・10:00~12:30

先着6名

参加費・1000円  
持ち物・エプロン、三角巾、マスク  
申込み・12月16日(月)10:00~

楽しく美味しく  
日本料理を始めてみませんか!



## 講師 平田康治さん



長年に渡り日本料理店にて料理長を務め  
現在は地域の子ども食堂にてご活躍中。  
季節に合わせた旬の食材や健康管理に  
役立つレシピで「みんなでの料理」  
サークルの代表を務める。

### 今回のこんだて

- ・ぶり大根
- ・かやくごはん
- ・ほうれん草おひたし
- ・お味噌汁

メニューは一例です。仕入れにより変更となる可能性がございます。

沢渡三ツ沢地域ケアプラザ

申込み・問合せTEL.045-577-8210