

～自炊のための料理教室～

「今日からはじめる自炊術♡」

健康づくりのため、バランスよい食生活、考えていますか？  
わかると楽しい基本的な自炊のコツ、一緒に学びませんか！

- ☆日 時 5月28日（水）  
16：30～19：00
- ☆会 場 1号館1階 調理実習室
- ☆内 容 簡単な調理実習&意見交換
- ☆講 師 園田 純子 先生（栄養学科 講師）
- ☆対 象 20名程度（先着順）
- ☆持参物 エプロン・手ふき
- ☆申込方法



- ①メールで申込み：「料理教室参加」と書き次のアドレスに送信  
[hoken@yamaguchi-pu.ac.jp](mailto:hoken@yamaguchi-pu.ac.jp)（保健室－藤井）
- ②申込み書で申込み：以下の場所に用意された「申込み書」に記入し、  
各場所へ設置してある提出箱へ提出

申込書と提出箱のある場所：生活支援グループ・看護栄養学部事務室・保健室



**無料です！**

お友達と誘い合って気軽に参加してみませんか！