

調理講座

材料を無駄なく使いましょう！

一人分の食事作り！

みんな大好き+ポリタン！

レンチン・バターりんご、スープ作り



日時 2023年1月31日（火）午前10時30分から午後1時

場所 湘南大庭公民館 実習室

対象 市民一般 10名（抽選）

参加費 材料費 700円

講師 藤沢栄養士会 さつき会

申込み 1月17日（火）午後5時までにメール・電話・来館で

☆メールの方法

- ①件名に「一人分の食事作り」を入力
- ②氏名・電話番号を入力
メール: fj-snooba-k@city.fujisawa.lg.jp
- ③公民館からの返信を確認する(受付番号記載)



公民館メールアドレス

抽選結果 1月18日（水）午後3時から発表
公民館内の掲示板および
ポータルサイト「ふらっと湘南大庭」へ掲載します。
(いずれも受付番号で発表)
結果の確認は電話でも受け付けます。



湘南大庭地区
ポータルサイト
ふらっと湘南大庭

★問い合わせ 湘南大庭公民館

TEL 0466-87-1112(平日午前8時30分～午後5時まで)