

# ひよままクック参加者募集!!

お子さんを持つお母さん同士、楽しく料理をしませんか？  
料理が得意じゃなくても大丈夫!!気軽に参加してください☆

- 場所 **やぶ保健センター**
- 参加費 **500円**
- 日時 **第2火曜 10時～13時**  
**※偶数月か奇数月のどちらかの参加になります。(2か月に1回の参加)**
- 託児 **あり**
- 持ち物 **エフロン 三角巾 筆記用具**



問い合わせ先  
健康課 662-3167 谷

≪内容≫

- 4月13日(火)…出汁を活用しよう
- 5月11日(火)…乳製品はご飯に合う!?
- 6月8日(火)…魚料理を覚えよう
- 7月13日(火)…日本のご当地レシピ
- 8月17日(火)…災害時の備えについて学ぼう
- 9月14日(火)…お弁当のおかず作り
- 10月12日(火)…野菜が主役!!
- 11月9日(火)…朝ごはんに活用できる簡単おかず
- 12月14日(火)…クリスマスメニュー
- 1月11日(火)…冬のポカポカメニュー