

平成 27 年 2 月 吉日
いしかわ IBD 結の会
会長 新木健治

【調理実習と食談会】のお知らせ

拝啓 水ぬるむ季節になりましたが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。

さて 3 月の交流会ですが食をテーマにいたします。食事は毎日の生活に必要で、大変楽しみでもあります。今回は手軽に作れる安心なメニューの調理実習を行います。みなさんの食卓に一品、プラスしてみませんか。多数のご参加をお待ちしています。ご家族にもお声をかけて頂き、一緒にお越し下さい。

敬具

記

日 時 平成 27 年 3 月 29 日 (日) 10:30~13:30
場 所 金沢ものづくり会館 1 階 調理実習室
金沢市栗崎町 4 丁目 80 番地 1 TEL 076-255-1518
(金沢駅から北鉄バス「栗崎 5 丁目」下車徒歩 5 分)

スケジュール

10:30~12:00 調理実習
(シャケとご飯の卵焼き、治部煮、食パンケーキを予定)
12:00~13:30 会食と栄養士からのアドバイス、病気について談話会

会 費 一人 500 円 (小学生以下は無料) 当日受付にて支払い

定 員 先着 20 名

持ち物 各自エプロン、タオル

参加申し込み

事務局まで電子メール・電話・FAX にてご連絡いただくか、郵送ください。
3 月 20 日までに連絡お願い致します。



昨年の様子



シャケとご飯の卵焼き



治部煮

《ご連絡・お問い合わせ先》

いしかわ IBD 結の会 事務局

〒929-0211 石川県白山市井関町又 61-16 北野方 TEL/FAX 076-278-5434

電子メール ibd@yuinokai.info ホームページ <http://yuinokai.info/>