みんなで食べよう! ガヤガヤ会

みんなで集まって、ワイワイガヤガヤ言いながら楽しく料理を作って食べよう!!

元料理人のリーダーに、普段の料理をもっと美味しくする、

ちょっとした工夫を教えてもらえるかも?!

冬に向けて、お鍋をマスター!

大勢で囲む鍋は、美味しさ倍増ですよ♪

隔月開催(次回は1月末を予定)。



場所:昭島市保健福祉センター(あいぽつく)

3階調理実習室

参加費:実費(600円前後)

献 立:お鍋(よせ鍋・豚すき)

~タイムスケジュール~

15:00 あいぽっく集合

みんなで買い物

17:00 調理開始

18:00 食事開始

19:30 片付け

20:00 終了・解散

どなたでも、 お気軽にとうど!



〈お申込み・お問合せ〉

自立生活センター・昭島/担当: 吉本・岩田 TEL 042 - 545 - 7553 FAX 042 - 545 - 7637

Mail cila@nifty.com ブログ「自立生活センター・昭島の日常」

第4回ガヤガヤ会 申込書		
ふりがな 名前	所属	
住所	介助者の同行	あり・なし
連絡先		
(電話・メールなど)		
必要な配慮やアレルギーについて、ご自由にご記入下さい		