

9 / 1 募集開始

第3回

リフレッシュ健康教室

包丁を研いで彩りサラダを 作ってみよう

男性の方、
大歓迎です

ちょっとひと工夫で、彩り豊かなサラダに大変身。

野菜の切り方・包丁の切れ味次第で味も変わるので！

東京多摩調理製菓専門学校の今井靖人先生（日本料理専門）から包丁の研ぎ方、飾り切りを教わり、料理の達人!めざしませんか？

日 時：平成29年10月7日（土）

10時～14時

場 所：駒沢女子大学 調理室（駐車場有）

教 材 費：500円/人（当日徴収）

申込み方法：締切 9月27日（水）

定員40名（応募者多数は抽選）

抽選結果は、
後日ご連絡
します

駒沢学園 健康栄養相談室 宛

Eメール eiyou-care@komajo.ac.jp

F a x 042-350-7175

はがき 〒206-8511 稲城市坂浜 238



～記入内容～

- ① 教室名：リフレ彩り教室
- ② 氏名（フリガナ）
- ③ 性別
- ④ 年齢
- ⑤ 連絡先（〒住所・電話・あればメールアドレス）

駒沢学園 ^{栄養ケア・ステーション}健康栄養相談室（平日 10時～16時）

電 話 042-350-7167

ホームページ <http://www.komajo.ac.jp/healthy-nutrition/>