



マタニティクッキングのお知らせ



～～妊娠前から、妊娠中も健康な身体づくりを～～

簡単で、おなかの赤ちゃんとママに必要な栄養素がとれる料理をみんなで作ってみませんか？土曜のお昼にパパも一緒にクッキング！ママ一人の参加でも、お友だちを誘ってでも OK です。妊娠前の方もぜひご参加ください。

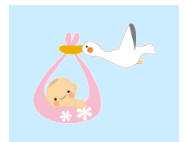


<会場> 駒沢女子大学（駐車場有） 実験実習館 4-114 教室

	実施日時	内 容	応募締切日
第1回 終了	H27年 4月18日（土） 10:00～13:00	調理実習・講話	H27年 4月10日
第2回	H27年 8月29日（土） 10:00～13:00	★野菜をたっぷり使った鉄分、カルシウムの多い献立の調理実習 ★管理栄養士による講話	H27年 8月21日
第3回	H27年 10月31日（土） 10:00～13:00		H27年 10月23日
第4回	H28年 2月13日（土） 10:00～13:00		H28年 2月 5日

★持ち物：エプロン、三角布、台ふきん・食器ふきん各一枚、上履き、参加証（はがき）

★参加費：500円/人



<申し込み方法>

以下の①～⑨を記入し、Eメール、Fax、はがきのいずれかでお申し込みください。

- ① マタニティクッキング ②参加希望日 ③氏名（フリガナ） ④性別 ⑤生年月日
⑥住所（郵便番号含む） ⑦電話番号（携帯可） ⑧メールアドレス ⑨出産予定日

Eメール eiyou-care@komajo.ac.jp FAX 042-350-7175

はがき 〒206-8511 稲城市坂浜238 駒沢学園 健康栄養相談室 宛

応募者多数の場合は抽選。当選者には詳細を明記した参加証を送付いたします。

頂いた個人情報はこの教室のみに使用いたします。

以前、予定していました cafe タマエでの教室は、開催を見合わせるようになりました。

お問い合わせ先 駒沢学園 健康栄養相談室

電話 042-350-7167（火曜～金曜 10:00～16:00）