

# 手づくりヘルシー



# クッキング



8月19日(水) 10:00~12:00

\*内容 ①座学30分 ・夏を乗り切る衛生管理方・野菜の効用あれこれ

②実習1時間 ①冷やし中華 ②ステーキ野菜のカレーソース ③豆乳プリン

\*講師 栗田恭子さん(管理栄養士)

\*場所 ぴゅあ峡南 調理実習室

\*定員 10名(密にならない定員です)

\*対象者 どなたでも(男性・若者大歓迎)

\*材料費 500円 \*キャンセル料は、8月12日以降からかかります。

\*持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具・スリッパ・マスク

(新型コロナウイルス感染防止のため)

\*新型コロナウイルス感染拡大防止についてお願い

- ・必ずマスクを着用し、入館時には備え付けの消毒液で手指の消毒をお願いします。
- ・当日、発熱や風邪の症状がある場合、または体調が優れない場合は参加をご遠慮くださいますよう、ご協力をお願いします。
- ・詳しくは、ぴゅあ峡南ホームページ内「ぴゅあ峡南を利用される皆様へ(閉館措置解除に伴うお願い)」をご覧ください。  
<http://www.yamanashi-bunka.or.jp/pwm/topicskyonan>

託児予約は、開催日前  
3日前までに!



主催・お問合せ・お申込み

山梨県立男女共同参画推進センター

## ぴゅあ峡南

TEL:0556-64-4777 FAX:0556-64-4700  
〒409-2305 南巨摩郡南部町内船 9353-2  
Mail: pure-kyonan@yamanashi-bunka.or.jp  
申込み方法: 電話・FAX またはメール  
HP: ぴゅあ峡南で検索

