

めざそう！

平成31年度 美しが丘西地区センター主催事業

健康寿命をのばしましょう！

～簡単クッキングでバランスよく～

協力：地域の栄養士グループ「ビーンズの会」



日 時：4月24日（水）
午前10時30分～12時30分

会 場：美しが丘西地区センター2F・料理室

定 員：16人

参加費：1000円

申込方法：窓口・電話で受付中！

持ち物：エプロン・三角巾・ふきん・筆記用具



テーマは 「季節を感じる身体にいい食事」

栄養士の先生が考案した、旬の食材を使ったレシピです。

当日は実際に作って召し上がっていただきます。



お問い合わせ 〒225-0001 横浜市青葉区美しが丘西 3-60-15
美しが丘西地区センター ☎045-903-9204
指定管理者：公益社団法人横浜市民施設協会



あつまるつながる笑顔になる

指定管理者

公益社団法人
横浜市民施設協会

<http://yokohama-shisetsu.com/>

※お車でのご来館はご遠慮ください。