

# スワンヘルシー

# クッキング

～管理栄養士といっしょに作ろう♪～

管理栄養士の今村先生と一緒に体にやさしいお料理教室。  
バランスの良い献立で毎日をより楽しく過ごしましょう。  
お料理未経験でもお気軽にご参加ください♪

開催日時

4月19日(土) 10:00～12:00

場所

スワンホール 2階  
多目的室兼調理実習室

参加費

2,000円(材料費込み)

※事前にスワンホールへお支払いをお願いします。

対象

中学生以上

持ち物

エプロン、三角巾(髪を覆うもの)、  
ハンドタオル、ふきん、筆記用具

定員

20名

定員

管理栄養士 今村 直江

お申込

3/1(土)9:00より  
申し込み開始  
電話またはQRコード

QRコードからお申込みフォームへア  
クセスし、入力/送信してください。



## メニュー

- ・ 鯖と春野菜の蒸し焼き煮  
- ・ アスパラの白和え
- ・ 春キャベツと新じゃがいもの味噌汁  
- ・ くずまんじゅう
- ・ 白ご飯

主催:伊丹市教育委員会(スワンホール指定管理者:日本環境マネジメント株式会社)

# スワンホール

伊丹市立中央公民館  
伊丹市青少年センター  
伊丹市立労働福祉会館

【休館日】第1・3月曜日(祝日の場合は翌日)  
12月29日～1月3日

【開館時間】9:00～22:00

〒664-0015 伊丹市昆陽池2-1

TEL.072-779-5661 FAX.072-779-3101

<https://nem-shiteikanri.jp/shisetsu/itami/>



SWAN.ITAMI

