

野菜料理の



- ☑ 「野菜料理のレパートリーが少なすぎる…」
- ☑ 「いつも野菜サラダばかり…」
- ☑ 「簡単で美味しい、栄養価の高いレシピを知りたい！」
- ☑ 「食欲が湧いて、気分も上がるレシピを知りたい！」

レパートリーを増やす



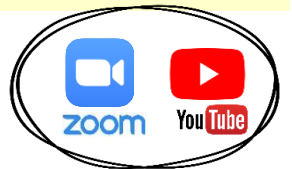
オンライン栄養教室に参加すれば全て解決♪

オンライン栄養教室では、
簡単で美味しい、栄養価の高い野菜料理を紹介していきます！
オンライン上で調理をしながら、
細かな手順や野菜の豆知識をお話していきます。

作っている最中にご不明な点があれば、その場で解決できます！
一緒に楽しく調理をしてみませんか？？視聴しているだけでもOKです♪
晩ごはんのおかず作りにもきっと役立ちます🌸

Zoom アプリを使用して教室を開催します♪

参加できない日があった場合や、もう一度調理工程を見たい方に向けて
アーカイブを残しておくので安心♪（YouTube で参加者に限定公開！）

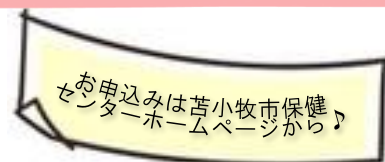


4 回 1 コース【 全て木曜・14:00~15:00 開催 】

※ お申込みは 1 回目開催日の 1 週間前まで ※

★ 6 月教室	①6/16	②6/23	③6/30	④7/7
★ 9 月教室	①9/15	②9/22	③9/29	④10/6
★11 月教室	①11/17	②11/24	③12/1	④12/8

一般財団法人ハスカッププラザ 苫小牧市保健センター
苫小牧市旭町 2 丁目 9 番 7 号
TEL : 0144-35-2800
(8:30~16:00 土日・祝日除く)



苫小牧市保健センター 🔍 検索

申込ページ
QRコード

