

プレママ cooking

「栄養バランス良！
簡単一品料理づくり」

日 時

①令和7年9月24日（水）正午～午後1時30分

②令和8年1月28日（水）正午～午後1時30分

①②同内容 ※ハローベビー教室 すくすくクラス 終了後

場 所

旭区保健福祉センター分館 2階 栄養講習室

内 容

調理実習 「簡単一品料理」づくり

対象者

旭区在住の妊娠希望の女性、妊婦、そのパートナーの方

材料費

1人200円

持ち物

エプロン、三角巾（大き目のハンカチ可）、手拭きタオル

申 込

各回20名（先着順）

（事前）

電話または窓口等でお申込みください

旭区役所2階25番窓口（担当：栄養士）電話 06-6957-9882

①の日程の締切日：令和7年9月12日（金）

②の日程の締切日：令和8年1月16日（金）

プレママcookingに申し込みます

開催日（ ）①令和7年9月24日（水）正午～午後1時30分

（ ）②令和8年1月28日（水）正午～午後1時30分

※①②どちらかのお日にちに○をしてください

氏名

電話

（ ）

住所 旭区