

**50歳以上
限定!**

**お気軽に始める!
オヤジ飯**



◆ **対象：50歳以上の男性（市民）**

A・Bコース…初心者むけ

Cコース…経験者むけ

◆ **時間：10:00～13:00**

◆ **定員：各コース 16人**

◆ **費用：500円×2回**

◆ **申込：鴻巣保健センターへ電話**

※お一人様1コースの申込とさせていただきます



ごはん、肉・魚・野菜料理、汁物を作ります!

コース	1回目	2回目	会場	申込期間
 A	12月2日（金）	12月14日（水）	鴻巣保健センター	11月2日（水） 9:00 ↓ 各コース初回日の 土日・祝日を除く 3日前 17:00
 B	1月18日（水）	1月24日（火）	吹上生涯学習センター	
C	2月15日（水）	2月22日（水）	鴻巣保健センター	

◆ **申込・問合せ** ◆

平日 9:00～17:00

鴻巣市健康づくり課（鴻巣保健センター） 電話：048-543-1561