

## ① おとこの料理教室

## ② 多世代交流のランチ会

日程：令和6年3月10日（日）

会場：東部市民サービスセンター



### <おとこの料理教室>

集合場所：い～ぱる 2階 調理室

集合時間：10時半

参加人数：先着20名まで

目的) 普段、料理をする機会が少ない男性の皆さんが、いざというときの備えとして料理を作れるように準備する。

※料理を体験したら実際に自分で試してみてください

### <多世代交流のランチ会>

集合場所：い～ぱる 2階 和室

集合時間：12時

参加人数：先着40名まで

目的) 誰かと語り合いながらの「共食」はこころと体の健康に効果があると立証されています。

※年齢を問わず参加できますので、知らない人との交流に花を咲かせましょう。

※普段の生活で『孤食』が多い方は是非参加してみてください。

◎参加申し込みについてのお願い

食材の準備の都合上、事前申込をお願い致します。

提出は、東部地域づくり協議会事務局へ3月5日まで 申込用紙に記入してご提出下さい。

※食材にアレルギーのある方への配慮までは多勢対応に付きいたしかねることをご理解下さい。

連絡先：東部地域づくり協議会事務局

TEL 853-1683

<申込用紙> ※ 同一住所で複数名申込みの場合は1枚の用紙にご記入下さい

参加者氏名：

住所：

電話番号：