

第31回糖尿病料理教室 開催ご案内

テーマ

おうちでつくるヘルシーな中華料理

【日 時】 平成 26 年 11 月 5 日（水）・6 日（木）

受付開始時間 10 時 30 分 ～

教室開始時間 10 時 45 分 ～

※作業の都合により、料理教室開始時間が多少遅れる可能性があります。
あらかじめご了承下さい。

【場 所】 大阪市立男女共同参画センター 東部館（クレオ大阪東）

「2 階 クラフト調理室」

《アクセス》 ●京橋駅（JR 線）南口から南へ約 600m

●大阪ビジネスパーク駅（地下鉄長堀鶴見緑地線）4 番出口から東へ約 700m

●京橋駅（京阪線）中央口から南へ約 850m

【材料費】 500 円 （パンフレット・参加証郵送料含む）

【募集人数】 各日 20 名 （定員になり次第締め切ります）

【申し込み方法】 参加希望の方は官製はがきに、郵便番号・住所・氏名・年齢・

電話番号・受診医療機関・参加希望日（5 日か 6 日どちらがよいか）を記入の上、

下記宛にお申し込み下さい。ご参加頂ける方には申し込み手続きが済み次第、

順次参加証と会場地図を送付いたします。

【受付開始日】平成 26 年 10 月 6 日（月）

【申込み先】

〒581-0088 八尾市松山町 1-4-11
医療法人貴医会 貴島中央病院
栄養課 吉村 まで

実習献立

☆炊飯器で作るチャーハン

☆ノンオイルで麻婆豆腐

☆しらたきで中華焼きそば

☆サンラータン酸辣湯 他

