

かむかむ😊 Smile からのお知らせ

11 /
7
Wednesday

管理栄養士・桶本和代さんの料理教室
『簡単！チャチャッと秋のおかず
～身近な食材で季節を楽しもう～』

日時：11月7日（水）

- 開場 10:15
開始 10:30～ 13:00 終了予定
- 定員 12名(先着)
中学生以上～
- 参加費 3,000円
(ランチ付き)
- 持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、
筆記用具
- 電話 (0766-91-3077)または
ホームページよりお申し込み下さい

身近な食材を使って、一緒に季節を楽しみませんか。
冷蔵庫の中や近所のお店にある食材で、簡単にチャ
チャッと出来て、毎日の献立にも取り入れやすい料
理を一緒に作りましょう！もちろん食材や調理法に
ついて説明いたします。
今回のテーマは「秋」。是非、家でも調理や食事の
時間を楽しんでくださいね。

講師：桶本 和代さん（管理栄養士）

身近な食材で作れる簡単な
レシピを使って料理教室を
します。旬の野菜などをたっ
ぷり使ったり、季節の特徴
を考えたりしながら料理を
楽しんでいます。



また、「イエルバス」
として、アロマやハー
ブなどのお話をする
こともあります。

13:00からお時間の
ある方は、院長の歯
のお話が聞け、質問
もできますよ！

お問い合わせ
お申込みは、
こちらから
お気軽に！

お問い合わせ

お電話 ● (0766) 91-3077
E-mail ● info@comecome-smile.com

予約お申込み

ホームページ ● <http://comecome-smile.com/> ▶
※各イベントページのオーダーフォームからどうぞ



食まかキングスタジオ

かむかむ
Smile
by Shintani D.C.