

はだの野菜 ヘルシー料理講座

地場産野菜を使い、栄養バランスの取れた食事が調理実習を通して学べます。
野菜生産者による旬の野菜情報や、管理栄養士からの栄養情報もお伝えします。

費用
600円
(食材料費)

令和7年7月10日(木)

締切：令和7年7月3日(木)

- ・夏野菜の和風ガパオライス
- ・春雨とセロリのサラダ
- ・オレンジと濃厚ヨーグルトの
二層ゼリー



令和7年9月2日(火)

- ・ほくほく落花生ごはん
- ・えびだんごと冬瓜のやわらか煮
- ・蒸しなすの香味和え



締切：令和7年8月26日(火)

時 間 10時～13時30分(受付 9時45分～)

場 所 保健福祉センター 調理実習室 (秦野市緑町16-3)

対 象 秦野市在住の方(定員：20名)

持 ち 物 エプロン・三角巾(バンダナ)・ハンカチ・マスク・
筆記用具・費用600円

申込方法 ・QRコードからの電子申請
・秦野市役所健康づくり課に電話(82-9603)
定員を超える場合は抽選、講座の約1週間前に結果をご連絡します

申し込みは
こちら



年間スケジュール ※各開催日の一週間前までにお申し込みください

令和7年	令和8年	
11/12(水)	1/16(金)	3/3(火)

(メニューは決まり次第、ホームページ等でお知らせします)

- ・材料の準備がありますので、欠席の場合は必ず前日までにご連絡ください。
(当日キャンセル及び連絡のない欠席は、キャンセル料がかかる場合があります。)
- ・献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。
- ・出来上がった料理の持ち帰りは、衛生上できません。

ホームページは
こちら

