

平成22年度 ヘルシークッキング教室日程表

日 時 平成23年3月13日（日）
場 所 県立相可高等学校

日 程	内 容	講 師
9：45～	受 付	
10：00～	開会あいさつ	共済組合
10：05～	講 演 「メタボリックシンドロームと食生活」	多気町役場町民福祉課 管理栄養士 柴田 瑞恵 先生
10：30～	ヘルシークッキング教室 <メニュー> ・秋刀魚の甘露煮 ・海老うま煮 ・サーモンの塩焼き ・すき焼き ・ひじきやあらめの煮物 ・煎り大豆のうま煮 ・だし巻き卵 他8品	県立相可高等学校 村林 新吾 先生
13：00～	試 食	
14：00	閉 会	共済組合

※日程は変更する場合があります。