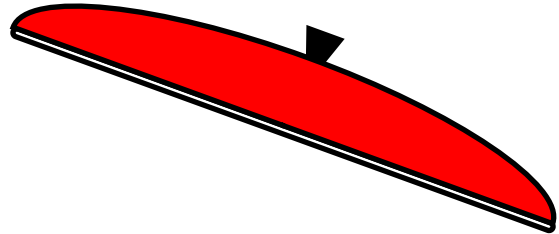


体は食べ物でできています…

だから、

健康



料理教室

講義



教室の前半では、食や料理に対する基本的な考え方から、旬で体に良い食材や、調理方法まで講義形式で学びます。

お申込み

福岡県市町村職員共済組合 健康福祉課



092-651-2461

※ 申込多数の場合、抽選（初参加優先）。
また、お申込みが少数の場合、開催
されないことがあります。



定員13名（久留米会場は10名）

組合員及びご家族の方が参加対象です。
（お子様の参加希望はお申込み時にご相談ください）
参加費は無料です。

教室の後半では、講義で学んだことを体感する実習と試食を行います。

毎日実践できるように、レシピは手軽なものをご用意。

実習



5~11月

会場と開催日（すべて土曜日開催 講義開始から片付け終了まで10:00~13:30の予定です）

北九州会場	「高畑康子クッキングスタジオ」 北九州市八幡西区折尾 5-6-9 Tel093-601-6295 JR 折尾駅より徒歩 4 分	8/3 7/19			
福岡会場	「マナキッチン」 福岡市中央区警固 1-6-56 Tel092-738-8666 西鉄福岡駅より徒歩10分	5/11 4/26	9/7 8/23	10/12 9/27	11/9 10/25
久留米会場	「産直や蔵肆（くらし）」 久留米市国分町 296-1 Tel0942-21-3130 久留米IC・広川ICより車で約20分	6/8 5/24	7/13 6/28	9/14 8/30	
筑豊会場	「庄内保健福祉総合センターハーモニー」 飯塚市綱分 771-1 Tel0948-82-5300 JR 新飯塚駅より車で約 10 分	6/1 5/17	11/16 11/1		

2019年度から場所
が変更になりました！

※ 上段が開催日、下段が申込締切日



・大豆と梅干のご飯 ・高野豆腐と玉ねぎのトマト煮込み ・たたきごぼうの胡麻和え
・じゃがいもと糸こんにゃくの味噌汁 ・オートミールと米粉のクッキー
（筑豊会場 平成30年6月）