

# 目でも楽しむおもてなし料理

～作り方を習って、栄養のことを知り、味わう Part 3～

てらおか あつみ  
講師：寺岡淳美さん

## プロフィール

調理学校在学中、コンクールで  
さまざまな賞を受賞。専門調理師  
食育インストラクター、薬膳マイスター  
『みんなのキッチン』でランチを開催



## Menu

おもてなしに出せるメニュー  
当日のおたのしみ～♪

10月30日(木) 11時～14時まで

[会場] 美しが丘地域ケアプラザ 2階ホール

\*参加費：1,000円 (昼食+紅茶)

\*募集人数：30名 (美しが丘1～3丁目にお住まいの方)

\*募集期間：9/16～10/15 まで [注] 定員になり次第締切ります。

下記 スタッフまで

☆要予約☆

上杉 901-1567

長瀬 902-5461

小野塚 901-1735

荒川 902-9256

斎藤 901-5787

※ケアプラザへのお問合せはご遠慮下さい。

主催：美しが丘地区社会福祉協議会