

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。



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



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。

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 Tel 093-601-6295 JR 折尾駅より徒歩4分	8/4 7/20		
福岡会場	「マナキッチン」 福岡市博多区井相田 3-24-18 Tel 092-588-2488 西鉄雑餉隈駅より徒歩5分	5/12 4/27	9/1 8/17	10/13 9/28
久留米会場	「産直や蔵肆 (くらし)」 久留米市国分町 296-1 Tel 0942-21-3130 久留米 IC・広川 IC より車で約20分	6/16 6/1	7/7 6/22	9/15 8/31
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 Tel 0948-82-5300 JR 新飯塚駅より車で約10分	6/2 5/18	11/17 11/2	

※ 上段が開催日、下段が申込締切日



・玄米ごはん ・重ね煮コロコロスープ ・がんもどき

・もやしと豚肉の蒸し物 ポン酢にて ・梅ジュース寒天 (久留米会場 平成29年6月)