

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。

令和7年5月15日（木）

10時～13時30分（受付 9時45分～）

費用
600円
（食材料費）

今回の献立

- ・鶏ささみのほうれん草ロール
- ・春野菜のミネストローネ
- ・きのこのマリネ



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

締 切 令和7年5月8日（木）

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	
7/10 （木）	9/2 （火）	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

