



# おしゃれな食卓

新鮮な食材を使って、一味違ったおしゃれな食卓を演出しましょう。

学 習 計 画 表			
回	月・日	学 習 内 容	備 考
1	4月23日	【開講式】 春の炊き込みご飯、すまし汁、鶏肉じゃが芋	だしのとり方 (混合だし)
2	4月30日	豚肉と卵の炒め物、ごま酢和え、スープ	
3	5月 7日	魚のコロッケ、赤だし、みねおか豆腐	だしのとり方 (いりこだし)
4	5月14日	ハヤシライス、野菜のヨーグルトソース、ゼリー 【閉講式】	

講 師	中村 史子 先生
日 時	毎水曜日 (全4回) 午前10時~12時
場 所	西公民館3階 調理実習室
対 象	一般成人 16名
材 料 費	3,000円 (4回分)

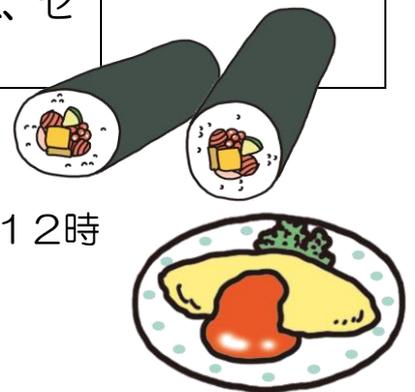
中村 史子 先生

毎水曜日 (全4回) 午前10時~12時

西公民館3階 調理実習室

一般成人 16名

3,000円 (4回分)



**※ 欠席や途中キャンセルの場合の材料費は返却できません。**

用意するもの

マスク、エプロン、手拭きタオル、三角巾、食器用ふきん3枚、筆記用具

<申込期間> 3月1日(土)~3月31日(月) 必着 ※ 日・祝日は休館日

<申込方法> (1) 西公民館ホームページから申し込む場合

(2) 往復はがき(170円)で申し込む場合

往信裏面に、①おしゃれな食卓 ②氏名(ふりがな)

③年齢 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号を記入、

返信表面に申込者住所、氏名を記入のうえ、郵送してください。

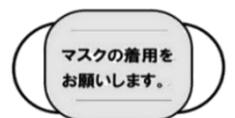
(3) 直接来館して申し込む場合

返信用のはがき(85円)を1枚ご持参ください。

(表面に、申込者の〒住所・氏名を記入。裏面は空白。)

<申 込 先> 長崎市西公民館 〒852-8004 長崎市丸尾町5番5号

TEL861-5919



※ 定員を超えた場合は抽選となります。