

料理教室

健康長寿食

～越前そばをつくろう～

打立て茹でたてのそばに大根おろしのダシ。健康長寿の食文化です！

中高年ライフアップシリーズ
楽しく健康的に第2の
人生を過ごすための講
座をレガス新宿では各
種企画しています。

【協力】越前そば愛好会「蕎遊房」



【日時】6月29日(月) 14時00分～17時00分

【会場】北新宿生涯学習館 3階講習室 (北新宿3-20-2)

【対象】20名 ※中高年齢の方優先

【参加料】800円(材料費含む)

【申込み】往復ハガキで事業一課まで 6月22日(月)必着

往信用 裏面に講座名・郵便番号・住所・氏名・年齢・
性別・電話番号。

返信用 表面に郵便番号・住所・氏名を記入。

※下記の財団HPからもお申込みできます(6月5日～開始)

【問合せ】(財)新宿区生涯学習財団 事業一課 白岩・柳沢
〒169-0072 新宿区大久保3-1-2 コズミックセンター
電話 3232-5121 URL <http://www.regasu-shinjuku.or.jp/>
メールマガジン配信中。登録は上記HPで！！