

# 簡単料理教室

超簡単♪  
煮込みハンバーグ

性別に関係なく家事を担いたいですよね。料理はその第一歩。  
管理栄養士の長瀬さんにとっても簡単にできる煮込みハンバーグを教えてください。

2020年 **1月25日(土) 10:00~13:00** (受付: 9:45~)

## G-NET しが 調理実習室 (1階)

滋賀県立男女共同参画センター (G-NET しが)

(近江八幡市鷹飼町 80-4 JR 近江八幡駅南口徒歩 10分)

講師: **長瀬 裕子 さん**(管理栄養士)

持ち物: エプロン、三角巾、ハンドタオル (手拭き用)

参加費 : 500 円(材料費)

定員 15 名(先着順)対象 高校生以上 (料理の経験の少ない方)



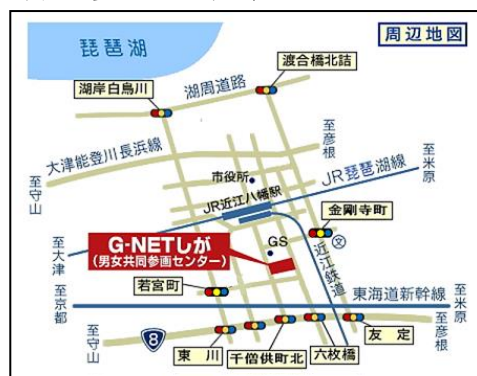
### ■お申し込み(締め切り: 1月17日)

- ※ 定員を超える申し込みがあり、受講していただけない場合はその旨連絡いたします。
- ※ 連絡がない場合は受講していただけますので、ご参加ください。
- ※ お問い合わせは下記申し込み先をお願いします。

下記の申込書にご記入の上、FAXでお申し込みください。

申込先: トムソーヤ 小林 FAX 0748-23-0777

メールの方は akiko75akiko75@nifty.com に下記の内容をお送りください。



主催: 滋賀 LD 親の会 トムソーヤ 共催: 滋賀県立男女共同参画センター

「簡単料理教室」参加申込 (FAX 0748-23-0777)

お名前 \_\_\_\_\_

連絡先 TEL \_\_\_\_\_ メール \_\_\_\_\_ (いずれか)

アレルギー(ある方) \_\_\_\_\_

苦手な食べ物 \_\_\_\_\_

※お申し込みいただいた内容は、当講座の運営目的以外では一切使用しません。