

野菜を たくさん食べよう! 腸からキレイになる お料理教室

日時 2020年 3月8日(日) 10時~13時

場所 仲町台地区センター 料理室

募集 20人(先着)

参加費 1500円

申込 2020年2月11日 9時より窓口先着

10時より電話予約先着順



●●献立●●

- 豆腐ステーキ
- キャベツモリモリサラダ
→発ガン予防の野菜でも上位のキャベツを沢山食べるサラダです。
- 人参ドレッシング
→人参とフルーツでドレッシングを作ります。
- 里芋と小松菜のとろとろスープ

講師 小松菜プロジェクト 池智子さん

(NPO 法人 H&K 理事)

個人情報取扱に関する同意書 (施設利用のために)

(個人情報保護管理者) 認定特定非営利活動法人 つづき区民交流協会 個人情報保護管理者 事務局長

(利用目的) 1. お客様の施設利用、および当協会のサービス提供に対する申込手続およびご連絡のため、2. 施設 PR のため、写真撮影等をする場合があります(個人情報の開示等に関して) 情報を提供されたお客様は、該当情報に関して利用目的の通知、開示、訂正・追加・削除、利用又は提供の拒否を要求いただける権利を有しております。 * 当協会の個人情報の取扱詳細につきましては、当協会のホームページまたは施設内掲示の「当協会における個人情報の取扱について」に掲載しております。

* なお、いただいた個人情報は施設利用管理の目的以外には利用いたしません。

上記についてご同意の上お申し込みください。



認定特定非営利活動法人 つづき区民交流協会

<http://www.tsuzuki-koryu.org>

横浜市仲町台地区センター

電話 045-943-9191