



# 開明女性学級

《学習テーマ》  
～ 心豊かに 生き活きと ～

回数	日時	内容	講師	受講料
1	7月4日(木) 13:30～15:30	今日から実践! ヘルシーレシピのコツ	女性学習部	無料



日々の食事におけるレシピづくりのコツのほか、外食やコンビニでのメニュー選び方のポイント、気をつけたいことについてご紹介します。  
実践的な内容で、気軽に始められるヒントが詰まっています。  
女性の皆さん、健康的な食習慣を身につけるために、「ヘルシーレシピのコツ」を一緒に学びましょう!!

- 主催 開明公民館 女性学習部
- 会場 開明公民館 大会議室
- 対象者 開明連区に在住・在勤の女性  
※在勤の方は勤務先をご記入ください。
- 定員 **50名** ※定員に達しましたら、申し込みを締め切りいたします。
- 申込方法 下記の参加申込書に必要事項を記入のうえ、開明公民館受付窓口のポストへ入れてください。  
申込期間 **2024年6月1日(土)から6月24日(月)までの間**
- 持ち物 **筆記用具**
- 備考 (1) 公民館南側駐車場が満車の場合は、尾西運動場東側駐車場をご利用ください。  
(2) マスク着用は、個人の主体的な選択を尊重し、個人の判断に委ねることとします。なお、感染防止対策としてマスク着用が効果的な場面では着用を推奨します。  
(3) お問い合わせは開明公民館まで。(電話 43-8686)



き り と り

## 2024年度 第1回開明女性学級 「今日から実践！ヘルシーレシピのコツ」参加申込書

ふりがな		電話番号 (携帯電話可)	
氏名		勤務先 (在勤の方のみ)	
住所	一宮市開明字		