



かたこの

簡単！パピッと！

料理を学び語る会

～本酒のおつまみ編～



自粛期間中は家族と過ごす時間が増え、家呑みの機会が多くなりましたよね？
 在宅ワークで運動不足やメタボが心配・・・という方のお悩みにもコミットするセミナー開催です！
 前半は、栄養士と利酒師から簡単に健康的かつ悪酔いしにくい酒のおつまみ作りを学び、
 後半は、家庭での役割や家事参画についてのリアルをトークいただく座談会です。
 ZOOMを活用したオンラインセミナーですから、悪天候や遠隔地でも参加できます。
 火を使わない防災メニュー5品のレシピ集もプレゼントいたします、ぜひご参加を！

2021年1月30日(土)

15:30～17:30

- 講師● 栄養士 中鉢 絵三氏
利酒師 佐藤 亜希子氏
- 対象● 関心があればどなたでも
- 参加費● 無料(先着20名程度)
- 締切● 2021年1月27日(水)まで

- 申込● 氏名・市町村・E-mail・TELをチェリアまでご連絡下さい。
 TEL 023-629-7751 FAX 023-629-7752
 E-mail kikaku@yamagata-cheria.org
 QRコードでの申込みも可能です。
- 主催● チェリア塾ネットワーク最上
山形県男女共同参画センター チェリア



氏名	ふりがな	市町村	
E-Mail		TEL	- -
備考	※「ZOOM 初心者でセミナー参加に自信がない」等の不安がある方は事前にお知らせください。		

※ご提供いただいた個人情報は、当事業以外で使用したり第三者に渡すことは一切ありません。