いこえーるで美味しい！楽しい！
イベントのご案内

北海道文教大学さん健康教室
「食べて考えよう！食べ物と健康」

内容
8月は学生さんが作るお料理がバイキング形式で並びます！
9月は実際に調理に挑戦！各回学生さんによる健康診断付きです♪

日時
8／19(土) 12:00～14:00
9／16(土) 10:00～13:00

※2回セットでの開催になりますので、両日ご参加いただける方
一度も健康教室にご参加いただいていない方が優先となります

みなさまの健康を
サポートいたします！

定員 先着10名様　**参加料** 各回500円（合計1000円）

e-niwa パーソナリティ諸澤美由紀さん料理教室
「南国料理で暑さを乗り切ろう！」

メニュー
ダッチオーブンで作るパエリア　トマトの冷製スープ
ナンプラーの春雨サラダ　マンゴープリン

日時

8／8(火)	8／25(金)	8／31(木)
10:00～12:30	10:00～12:30	10:00～12:30
14:00～16:30	14:00～16:30	14:00～16:30

定員 先着12名様　**参加料** 900円

楽しくお料理しましょう☆

お申込み、お問い合わせはこちらまで

北ガスジェネックス恵庭営業所（いこえーる）
恵庭市恵み野西3丁目1－3 セブンイレブン様横
TEL (0123) 36-4774