

平成 30 年度生涯学習事業

いなべ市民大学講座 Vol.1

第4回

レンチン楽家事・頑張らない台所 －100 歳まで現役！ 時代の到来－

2018 年 7 月 8 日(日) 13:30～15:00

会 場：員弁コミュニティープラザ
(三重県いなべ市員弁町楚原 940 TEL 0594-74-4144)

対 象：大人 100 人 (中学生以上どなたでも)

ちゃんと食べて ちゃんと生きる
～日本型食生活のすすめ～



赤ちゃんからお年寄りまで

電子レンジを使って

早・うま・簡単に

料理 1 2 種を実演します。

お楽しみに！