

# 大豆を使った料理教室 ~手作り寄せ豆腐

ふくはひろし  
福原裕先生と「寄せ豆腐」を一緒に作りましょう！！



北海道栄養士会札幌石狩支部では、皆様に栄養改善を目的とした栄養セミナーを開催しています。今回の栄養セミナーのテーマは『大豆を使った料理教室』です。ぜひこの機会に、大豆の栄養とおいしい寄せ豆腐作りを学んでみませんか？皆様のご参加お待ちしております。

日 時 平成29年1月28日(土) 10:30 ~ 12:30 (受付 10:15~)

会 場 札幌市男女共同参画センター料理実習室  
札幌市北区北8条西3丁目(エルプラザ内)

内 容 1. 実習 「手作り寄せ豆腐」  
講師 健康とうふ株式会社社長 福原 裕 氏  
2. 講義 「大豆の健康効果」  
講師：(公社)北海道栄養士会札幌石狩支部役員  
♪ 多少ですが、ご試食とお土産がございます。

参加費 一般 200円 会員100円 (定員 25名)

申込方法 ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号、「手作り寄せ豆腐 参加希望」と、ご記入の上、下記申し込み先に1月19日(木) [必着]までにお申し込みください。

※ 参加の25名様には1月25日(水)までに受講票を返信いたします。

当日は受講票を持参の上、直接会場へお越しください。

※ 応募者多数の場合は先着順となりますので、お早めにお申し込み下さい。

※ ご記入いただいた住所・氏名などの個人情報は、受講票の送付・出席者名簿作成のみに使用させていただきます。

申込先・問い合わせ先

〒063-0003

札幌市西区山の手3条2丁目4-1-801

ダイエット.F内 榊 房子 宛て

電話 090-5221-3730

〔(公社)北海道栄養士会札幌石狩支部役員〕

主催：(公社)北海道栄養士会札幌石狩支部 第二地区

