

# 魔法の鍋帽子®を使ってみませんか



## わが家の食費も考えよう

鍋帽子は手間をかけずに美味しい料理ができて地球に優しい魔法のアイテム  
そんな鍋帽子を活用しながら、献立や食費について学びましょう

**10月30日（木） 10:00～11:30**

受付開始 9時45分～

**男女共同参画センター えーる 3階研修室1・2**

練馬区石神井町8-1-10

西武池袋線「石神井公園駅」西口下車 徒歩6分



- ◎参加費 無料
- ◎対象 どなたでもご参加いただけます  
(キッズスペースもあります)
- ◎定員 20名 (先着順)
- ◎持ち物 筆記用具
- ◎申込受付 10/11～10/28

企画運営 東京第一友の会 石神井方面



☆お申し込み・お問い合わせ☆ 東京第一友の会 石神井方面 担当畔津（あぜつ）

shakutomo@yahoo.co.jp

からのお申込みはこちら



Facebook

『東京第一友の会石神井方面』

からのお申込みはこちら

