

♡ プレママ・新米ママのための♡

マタニティ 料理教室

妊婦さんやこれから子どもを持つと思っている方、また新米ママを対象とした料理教室です。

妊娠期・授乳期に必要な栄養分を摂取できるメニューを中心に紹介します。

また、産後の食事や離乳食についても、分かりやすく楽しく学べます。

経験豊富な栄養士の先生に、気軽に相談もできます。ぜひご参加ください。

日時：2013年12月21日(土)
14：00～17：00

場所：ホルトホール大分1階 キッチンスタジオ

講師：上田 由美先生（大分県栄養士会）

参加料：¥2,000円（食材費込み）

申し込み方法：ホルトホール大分1階総合受付にて受講料の支払いが必要です

締切：12月18日（水）

間もなく締切！
お急ぎください



お問い合わせ：ホルトホール大分 総合事務室 担当：是永
電話 097-576-8877