

特別企画♪♪

# 子ども料理教室



可愛い果物ゼリー ★ お花のすし巻き ★ 豆腐となめこと油揚げのすまし汁



日 時 2026年5月9日(土)  
10時30分~12時15分

場 所 ヘルSPA塩尻クッキングスタジオ「膳」

対 象 小学生・中学生 定員12名

受付期間 4月21日(火)~5月4日(月)

参加費 2,970円(消費税・食材費込)

申込完了後、施設受付にて受講料お支払いとアレルギーを教えてください

※次のキャンセル料をお支払いいただくことで申込みをキャンセルすることができます。講習開始3日前~講習会2日前までは受講料の半額、講習会開始前日以降は受講料の全額

持ち物 エプロン・上履き・タオル・水筒・三角巾・マスク

## 講師紹介

中倉 典子(なかくら のりこ)

学校給食・地域の栄養相談や料理講師、精神障害者施設の調理実習講師をした経歴を持っています。

その後、管理栄養士の資格を取得し、現在はフリーランスとして短大の非常勤講師に携わっています。

得意料理は家庭料理です。

「食べることで楽しく健康に！」を目標としています！

申込方法

### STEP 1 4/21(火) 受付開始!

以下2通りの方法からお申込みください

会員登録されている方または、以前に講習会へ参加しご自身の情報を登録済の方

右記のQRコードを読み取り、マイページの「イベントをお申し込む」からお申込みください



初めて講習会に申込される方

右記のQRコードを読み取り、イベントを選択お名前等情報をご入力のお申し込みください



### STEP 2

#### 受講料支払

申込完了後  
1週間以内に  
施設受付にて  
受講料をお支払いください

※期日までにお支払いがない場合  
他の方に権利を委譲いたします

### STEP 3

講習会受講

定員になり次第、締切とさせていただきます ※最少催行人数に達しない場合は中止することがあります



公益財団法人体力づくり指導協会

塩尻市大門一番町1-1 www.tairyoku.or.jp/

# ヘルSPA 塩尻

TEL.0263-54-3939

