

男性20名  
限定！！

# ボランティア講座

## 「クッキング男塾！！」

食への関心を持ち、健康を考えることで生活に張りが出て、新たな活動にチャレンジするきっかけになります。

心も体もぽかぽかになる「超！簡単レシピ」を習得し、あなたの得意分野を拡げてみませんか??

日時：2月14日（水）

9時30分から12時00分

場所：小楠コミュニティーセンター

※エプロン、三角巾、タオル  
をご用意ください。

炊飯器で  
つくった  
温泉卵…!!

気になる講師は…  
東九州短期大学  
木下美千代先生

お問い合わせ：中津市社会福祉協議会  
中津市ボランティア・市民活動センター  
連絡先：0979-23-2095  
担当：渡邊・小野