

季節の家庭料理教室

料理が苦手な方でも、簡単にできる家庭料理を作ります。ビタミンAやCが豊富な水菜は風邪の予防に最適です。水菜や鮭、彩り豊かな冬の食材で冬を元気にすごしましょう。



- ①小松菜のクルミ和え ②豚肉と水菜のはりはり
③鮭の南蛮漬け ④餅入りのっぺい汁 ⑤抹茶白玉

開催日：平成29年1月21日(土)

時間：10:00~13:00

※進行状況によって、終了時間は変動します

場所：堺市立健康福祉プラザ 4階クッキングルーム

定員：10名

対象：障害のある方ない方どなたでも

費用：600円

持ち物：エプロン、三角巾、ハンカチ、筆記用具

応募しめきり：平成28年12月15日(木)まで**必着**

応募方法：「市民交流センター」宛にお願いします

・郵送 〒590-0808 堺市堺区旭ヶ丘中町4-3-1
堺市立健康福祉プラザ

・電話 072-275-5017

・FAX 072-243-0330

・Email simin-kouryuu@sakai-kfp.info

裏面の注意事項もお読みください

切り取り線

季節の家庭料理教室 応募用紙

フリガナ				性別	男・女
氏名				年齢	
フリガナ					
住所	〒 _____				
TEL	() _____	FAX	() _____		
障害の有無	(ある・ない) ※該当する方に○をつけてください				
	障害名、等級などを記載してください。 (_____)				
※開催日の一週間前までに連絡がなく、欠席された場合は材料代をご負担頂きます。 □ 上記の件について、了解しました。					
※障がいや低年齢などによる理由で、同伴者がおられる場合は、以下に同伴者の氏名と年齢をご記入ください。 ※同伴者も食事を希望される場合は、参加費(¥600)を頂戴します。					
フリガナ			食事の希望	□希望あり(別途、600円必要) □希望なし	
同伴者氏名					
○特記事項 ※特に配慮を要する場合は、具体的にご記入ください。					

注意事項

※応募用紙にご記入いただいた個人情報ならびに主催者が撮影した写真・映像等は、個人情報保護関係法令を遵守し、参加調整事務及び当センターの情報誌、ホームページの掲載、健康福祉プラザにおける事業報告の掲示のみに使用し、それ以外の目的には使用致しません。

※一度、頂戴いたしました材料費につきましては、返金は出来かねますので、ご了承ください。

※小学生以下の方が参加される場合は、保護者の同伴が必要です。

※万が一、御怪我をされた場合、保険証が必要になる可能性がありますので、教室参加時にはご携帯ください。(写しでも可)

※「対象」が「障害のある人・ない人」の教室で、応募多数の場合は、障害のある方を優先させていただきますので、ご了承ください。(障害のない方が全員落選するという事では、ございません)

※開催日の一週間前までに連絡なく欠席された場合は、材料費を負担していただきますので、ご注意ください。

※メールでお申し込みの方で、メール送信後、締切日まではこちらからの確認メールが届かない場合は、お手数ですが、市民交流センターまでお問い合わせください。

※お申込みされた月の月末までに、必ず市民交流センターから受講の可否について通知を送りますので、万が一届かない場合は、お手数ですが、市民交流センターまでご連絡ください。

※ご家族、お友達とご一緒に受講を希望されても、抽選の場合、申し込まれた方が、全て当選するということがない事もありますのでご了承ください。

交通アクセス

- JR 阪和線「百舌鳥」駅下車西へ 1.4 km
- JR 阪和線「上野芝」駅下車西へ 1.3 km
- 南海高野線「堺東」駅より
 - 南海バス(泉ヶ丘駅行き)乗車「旭ヶ丘」バス停下車すぐ
 - 南海バス(西区役所前行きなど)乗車「塩穴通」バス停下車南東 500m

有料駐車場 (地下1階)

60分/100円
(最大料金 600円)

※ただし、一時間までは無料
※障害者手帳等所持者等は減免



お申込み・お問合せ

堺市立健康福祉プラザ 市民交流センター

住所: 590-0808 大阪府堺市堺区旭ヶ丘中町4-3-1

電話: 072-275-5017 Fax: 072-243-0330

E-MAIL: simin-kouryuu@sakai-kfp.info

センター職員記入欄

ご一緒に受講希望する方 (※その方の申請書も ご提出して頂いて下さい。)	お名前	
上記の方が落選して、 ご本人が当選した場合	<input type="checkbox"/> そのまま当選を希望します <input type="checkbox"/> 一緒に落選にしてもかまいません	
その他、特記する事		
受付日時と方法	月 日 時	<input type="checkbox"/> 直接 <input type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> Fax <input type="checkbox"/> Email
受 付 者 名		