

はじめての方  
大歓迎！！

# お料理教室

少人数のアットホームなお料理教室です。

今回は、ハッシュドビーフ、チャバタを作ります。

ランチには、サラダ、美味しい珈琲もありますよ。

一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

ぜひ、ご参加ください。



日時/2023年11月21日(火)10時~14時

会場/ふれあいセンターごだい

住所:那珂市後台 1491-43

参加費/500円 定員/8名

持ち物/エプロン、三角きん

申込み/11月14日まで



これまでのお料理教室では、

こんなものを作りました!

- ◆スコーン
- ◆惣菜パン
- ◆グリーンカレー
- ◆スティックパン
- ◆ロールケーキ
- ◆韓国キムチ



じゃあまいいかねっとって、どんな団体?

じゃあまいいかねっとは、震災を機に茨城県で暮らすことになった方の、心のケアを目的にさまざまな企画をしています。これまで、福島県の補助を受け、心と体の相談会、呼吸法、ヨガ、ハーブティ講座などを実施。2014年4月、福島に縁のあるメンバーで結成した任意団体です。

■主催■ じゃあまいいかねっと

■申し込み■ ☎ 090-4880-8781 ✉ [jyamaiika@gmail.com](mailto:jyamaiika@gmail.com)