



# 料理講座 参加者募集

令和6年3月15日(金) 10:00~12:00

場 所 : 障がい者交流プラザ 調理実習室

募集人数 : 12名程度

講 師 : 濱田 容子 先生(公益社団法人徳島県栄養士会)

受 講 料 : 500円(障がい者手帳をお持ちの方は無料)

材 料 費 : 800円

申 込 先 : 徳島県立障がい者交流プラザ総合案内まで

徳島市南矢三町2丁目1-59

TEL:088 - 631 - 1000 FAX:088 - 631 - 1300

締 切 日 : 令和6年3月8日(金)

今月は



春の炊き おこわ

いちごのデザート



その他は お楽しみに!

“ おこわ ” = “ 御強 ” とは?

もち米またはうるち米をまぜたもち米を蒸した料理のこと。

固い食感のおこわを、“強飯(こわいい・こわめし)”反対に、柔らかい食感のおかゆのことは、“弱飯(ひめいい)”と言います。

当日は、エプロン・三角巾・ハンドタオル・ふきん等 ご持参ください