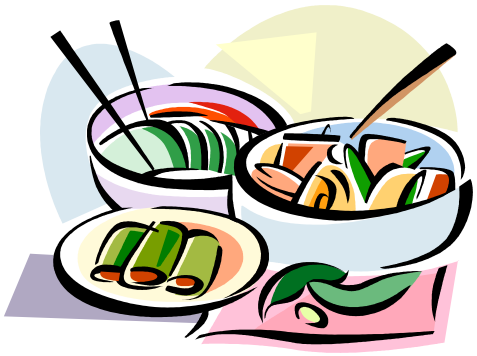
キムチ作り講座



講　師：鎌田　昌銀　先生



韓国のお母さんが作る、本格キムチ

体の芯から元気になって、カプサイシンで

ダイエットにもお肌にも良いかも！！

あなたのレパートリーも広がりますよね！



日　時：12 月 10 日（木）午後 6 時から 8 時 30 分

12 月 17 日(木) 午後 6 時から 8 時 30 分

受講料：各 1 回　2000 円

受付日：11 月 19 日（木）

定員：各 16 名

〈対象者〉　45 歳以下の勤労者で、高崎市内に在住か在勤の人

〈受　付〉　午後６時 30 分から受付を始めます。定員になり次第、締め切ります。（代理人可）

＊　勤労青少年ホームの利用証をお持ちでない方は、登録料 520 円と身分証明書(健康保険証か運転免許証)が必要となります。

■高崎市勤労青少年ホーム　電話 027-323-6732　(午後１時から午後９時まで)■