

脳わくわく クッキング

料理で
脳トレリリース！
今年度最終回



～③ハワイの食を知ろう～

ハワイ出身のジェン先生からハワイのスパムむすびを教わり、日本のおにぎりと同じところや違いなどを発見しながら、少しの英会話を通して脳の活性につなげませんか？（ジェン先生は日本語もとても上手！英語ができなくても大丈夫です。）

日時：12月14日（木）10:00～13:00
（受付は9:30～）

場所：田辺市民総合センター4階 料理実習室

定員：12名（男性・ご夫婦での参加もぜひどうぞ！）

先着順！

対象：65歳以上の田辺市民の方

持ち物：エプロン・三角巾・マスク・ハンドタオル
上靴(すべりにくい物)

参加費：500円

申込み：11月13日(月)～30日(木)の間に
下記までお申し込みください



～申込み・問い合わせ～

田辺市やすらぎ対策課 高齢福祉係
電話 0739-26-4910