

滝野川文化センター区民講座
牛乳すこやかクッキング
～桜エビのカルシウムごはん、
ミルクプリンなど～

対 象	区内在住、在勤の60歳以上の方
日 時	令和8年1月23日（金） 午前10時30分～午後1時30分
内 容	牛乳の栄養を学び、調理実習をします。
講 師	管理栄養士 田口道子氏 [協賛]（公財）すこやか食生活協会
定 員	20人（抽選）
費 用	500円
申 込	往復はがき（記入例参照）
締 切	12月26日（金）（必着）まで
問合せ	滝野川文化センター（月曜、祝日休館） 〒114-0024 北区西ヶ原1-23-3 TEL03-5394-1230 FAX03-5394-1231 https://www.kita-bunka.com/