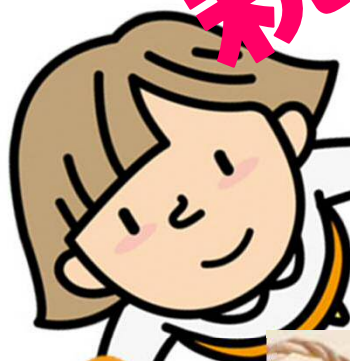


もうしごみしめきり
申込締切
8月6日(月)
せんちやく
先着20名
(各回とも)

かんたん
ほうちょう
包丁いらすの簡単クッキング!
おやこ
親子クッキング



たいしょうねんれい
対象年齢
しょうがくせい
3歳~小学生
ほごしや
とその保護者*1



さんかひ
参加費
1組
500円!

くるくるサンド

ベリーのヨーグルトドリンク

かいさいび
開催日

ないよう おな
(内容は同じです、どちらかをお選び下さい)
えら くだ
もくようび
2018年 8月 9日(木曜日)

きんようび
10日(金曜日)

じ かん
時間

10:30~12:00

うけつけ
(受付 10:00~)

しゅうごうばしょ
集合場所

どけんぼ **ヘルシースタジオ**
総合病院 厚生中央病院(別館4階)

さんかひ
参加費

1組 **500円**

も もの
持ち物

さんかくきん
エプロン、三角巾(大きなバンダナ)、
ハンドタオル、うわばき(お子様のみ)

*1: 3歳以上のお子様と20歳以上の保護者様1名のパアでのお申込みとなりますが、
小学生以上のご兄弟と合わせて3人以上でのお申込みを希望される方は下記までお問合せください。

会場案内



JR 恵比寿駅下車(東口) 徒歩5分
東京メトロ日比谷線恵比寿駅 徒歩7分
JR 目黒駅下車(西口) 徒歩10分

プログラムのお申込み・お問合せは

全国土木建築国保組合

保健事業部 管理課 03-6674-1671

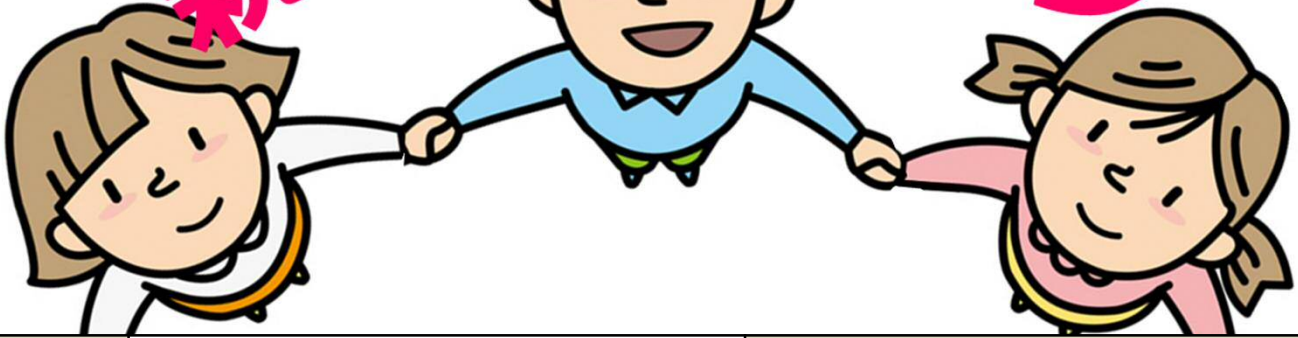
右記のQRコードからも
お申込みいただけます。



FAX 03-3264-4390

ほうちょう 包丁いらすの簡単クッキング!

親子クッキング



氏名	フリガナ	全国土木建築国保組合にご加入ですか？	
		はい・いいえ 保険証の記号番号のご記載をお願いします。 → (71- -)	
電話番号	*日中ご連絡の取れる電話番号をご記入ください。		
住所	〒 -		
食物アレルギーはありますか？	なし・あり { }	※アレルギー食材を記入してください。	
今後のプログラムご案内を希望される方はメールアドレスをご記入ください。			
親子クッキングにご参加のお子様情報	フリガナ	年齢	食物アレルギー
	氏名	歳	なし・あり { }

申込方法 **お電話又はFAX**でお申込みください。
●先着順での受付となります。FAXでお申込みの方には参加可否を電話にてご連絡いたします。

支払方法 **プログラム当日**にお支払いください。

注意事項

- ※諸事情により日程、講師およびメニューが変更になる場合がございます。
- ※アレルギー等がございましたら、お申込時にお伝えください。アレルギーの内容によっては対応ができない場合もございます。
- ※当日、体調不良の場合はスタッフにお声かけください。
- ※3歳児未満は安全のためご参加いただけませんのでご了承ください。

9月のプログラムのご案内

9月1日 (土曜日)

超簡単スムージーとリラックスヨガ



ヨガで心と身体をほぐした後は、ハンドミキサーでスムージーを作ります！

*開催場所は厚生中央病院本館3階講義室です。

🕒 開催時間 10:00~12:00
👥 募集人員 20名

参加費 500円

**お問合せ
お申込み先**

全国土木建築国民健康保険組合
保健事業部 管理課

☎ 03-6674-1671

受付時間 平日 8:45~17:15