

# フリースペースこだま

# 11月

おから入り鬼まんじゅう  
りんご添え

**なんと！！おから入り鬼まんじゅう？ヘルシー  
で簡単みんなで作ってみよう♪♪**



と き : 平成28年11月20日(日)  
13時~15時

と ころ : 伊勢市福祉健康センター1階 調理室

対 象 者 : 伊勢市内在住、在勤で心に不安を抱えた方と  
その家族等。



人 数 : 10人位

内 容 : おから入り鬼まんじゅう・りんご添え

参 加 費 : 200円

申込方法 : 裏面申込書に記入の上に、申込下さい。

申込期間 : 平成28年11月18日(金)まで

ボランティア : 一般ボランティア



問い合わせ先

伊勢市社会福祉協議会 伊勢支所

TEL : 27-2425

FAX : 27-2412

# おから入り鬼まんじゅう・りんご添え

FAX 0596-27-2412(伊勢支所行き)

TEL 0596-27-2425(     "     )

申込日     月     日

(ふりがな)		
氏 名		(男 ・ 女)
住 所		
T E L		
生年月日		
手帳の有無	有 ・ 無	級

**※確認のため電話をおねがいたします。**



**【持ち物】**

**エフロン、三角巾(頭を覆うものであれば可)  
手拭タオル、残りをもって帰る容器**