

ついに完成

介護予防教室 **じいばあくらぶ** レシピ本

介護予防教室「じいばあくらぶ」では、新型コロナウイルス感染対策により令和2年度は実際に料理を作って食べるできませんでした。

そんな中でも、「何かできることはないか」、と知恵を出し合い、今までじいばあくらぶで作ってきたレシピを本にまとめた『**じいばあくらぶレシピ本**』を作成しました。

お米のとぎ方や、コーヒーのたて方など基本的な内容からオムライスや豚汁など、料理の内容も和洋折衷で豊富なレパートリーとなっています。

良かったら地域の皆さまに手にとってもらえたらと思います。

令和3年5月

【問い合わせ先】

介護予防教室**中の島キッチンクラブ**参加者

または事務局：中津川市シクラメン地域包括支援センター

63-3202



じいばあくらぶレシピ本
1冊 350円

新しく参加してくださる
メンバーも募集しています♪



令和3年4月から
教室の名前が新しくなりました♪