

1回だけの参加 OK です

村上祥子の料理教室 in 福岡

2020年11月10日(火)、11日(水)、12日(木)、14日(土) 10:00~13:00

2020年の12月クラスは
8日 9日 10日 12日
第2火 第2水 第2木 第2土

11月(クリスマス)

1. ファイトケミカル・酢の力
秋なすのカルパッチョ
2. 炭水化物・脳エネルギー
きのこのピッツァ
3. たんぱく質・カルシウム・ラクトフェリン
鶏のクリーム煮・ワシントン風
4. たんぱく質・オメガ3脂肪酸
鯛とアサリのアクアパッツァ
5. 糖質・卵黄コリン・ミネラル
ダークフルーツケーキ
6. 植物性たんぱく質・発酵食品
豆乳ヨーグルトアイスクリーム

MENU は変更することがあります。

はじめての方、おためしチケット (8,000円 → 5,000円) あります。

申込書にお書き添えください。

と ころ : 村上祥子・福岡スタジオ (赤い看板が目印です)

〒810-0027 福岡市中央区御所ヶ谷 2-35

TEL 092-526-8096 FAX 092-526-8095

E-mail: sachikocooking@murakami-s.jp

JR 博多駅マルイ店前、又は西鉄薬院駅前から

西鉄バス(10番台)で南薬院バス停下車。徒歩5分

天神高速バスセンターから乗り継ぎの場合、明治通り天神協和ビル前より

56番、または57番のバスで。56番は九電体育館前、57番は南薬院下車



受 講 料 : 8,000円 (テキスト代・お食事代を含む)

応募方法 : ① FAX・TEL 又は E-Mail でお申し込み下さい。

ご希望の日時・お名前・ご住所・TEL をお知らせ下さい。

② 受講料は当日お支払い下さい。

一回だけの受講 OK です。

村上祥子料理教室 申込書

申込先	(株)ムラカミアソシエーツ TEL 092-526-8096 FAX 092-526-8095 E-mail: sachikocooking@murakami-s.jp
-----	--

申込日(西暦): _____ 年 _____ 月 _____ 日

フリガナ				
氏名	様			
住所	〒			
TEL/FAX	TEL		FAX	
	携帯			
E-Mail	@			
銀行口座	銀行		支店 (普通・当座)	
	口座番号		名義人	
緊急連絡先	TEL		FAX	
	名称			
希望クラス	レギュラー教室 8,000 円 学割あり(8,000 円→5,000 円)	毎月第2火曜日でスタート 火・水・木・土・スポット		
	実習教室 5,000 円 学割なし	2020 年 1/23 2/20 3/19 4/23 5/21 6/18 7/23 8 月は休み 9/17 10/22 11/19 12/17		

事務局記入欄(担当 _____)
受付日 _____ 年 _____ 月 _____ 日