

中高年男性のための 料理教室



～料理の基本のワザを身につける～

野菜の切り方や味つけのコツをプロから学びます。

包丁の持ち方や米の研ぎ方などの基本から始めますので、今まで一度も料理をしたことのない方も安心してご参加いただけます。

定年退職後の人生を充実させるために役立つお話も聞けます。

2月10日(火)10:00～15:00

香芝市中央公民館 調理室

メニュー:肉じゃが、かぶと薄揚げの煮物、鶏ささみと春菊のサラダ、玄米ご飯

- 講師 ● 吉田清彦さん(家事としての男の手料理研究家)
- 対象 ● 市内在住、在勤の50代、60代の男性
- 定員 ● 24人(応募者多数の場合は抽選。初めての方を優先します。)
- 参加費 ● 1,000円程度(材料費込み)
- 申し込み ● お申し込み方法は裏面をごらんください。

お申し込み・お問い合わせ先 香芝市役所 人権・共同参画課

〒639-0292 香芝市本町 1397 番地

TEL:0745-76-2001(内線 452) FAX:0745-78-3830

E-mail:jinken-kyoudou@city.kashiba.lg.jp