



新男の料理教室

(1期) ~初級から中級~

料理が初めての人、ちょっとやったことがある人も！
簡単な和食の作りかたを教えます。

ご飯、副菜2~3品と汁物 季節に合わせた料理

どこにでもある材料を使うので、実用的です。

しっかり覚えられます。仲間作りにも！



講師 池 智子 管理栄養士
NPO 法人 H&K 小松菜プロジェクト
地域子育て応援隊 食育活動を行っている

日時 4/18、5/16、6/20、7/18
(全4回木曜)
10:00~13:00

場所 若葉台地区センター 料理室

対象 一般男性 16名

参加費 4400円 (4回分)

申込み 3月16日(土) 9:30より 来館にて受付

問い合わせ 若葉台地区センター 045 (921) 2213

