



目コミロコミ

2026年度 指定管理者 (財)若葉台管理センター  
横浜市若葉台地区センター 旭区若葉台3-4-2 ☎921-2213

# 男の料理教室 1期

## ～初級から中級～

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

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	4/16、5/21、6/18、7/16 (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	4800円 (4回分)	
申 込 み	3月19日 (木) 9:30より	来館にて受付
問い合わせ	若葉台地区センター	☎921-2213