

おとうさん、「料理」を学んでみませんか？

シルバーエイジを迎える男性の料理講座

男の腕まくり！



料理を通して、家事に参加するきっかけを作ませんか？

料理の基本から応用まで全8回。腕まくりして作った食事を、一緒に料理した仲間と語り合いながら食べる楽しさは、きっと格別です。食材に関する講師の話にも、新しい発見がいっぱいです。

男同士、エプロンつけて仲間づくり！ お互い、腕を磨きましょう。

家庭でも地域でも輝くおとうさんを再発見しましょう。



ご飯の炊き方、だしの取り方などからしっかり学びます。(詳細は裏面参照。) 味噌汁・おひたし・魚の照り焼き・肉じゃが・中華風野菜炒めなど、自宅でもきっと作りたくなる献立ばかりです。講座の中で、「妻が病気になった時」や「地域活動やボランティア活動のすすめ」など、生活が豊かになる情報や話題を提供し、話し合いもおこないます。料理に初めて挑戦する方や、基本を改めて勉強したい方、料理だけでは終わらない「男の学びの場」においでください！

日時: 5月11日・18日・25日

全8回

6月1日・8日・15日・22日・29日 いずれも木曜日 13:30-17:00

場所: クリエイトホール9階 料理講習室 (八王子市東町5-6)

対象: おおむね60歳以上の男性 (初めて受講される方を優先します。)

定員: 24名 (抽選)

講師: 料理研究家 萩原 美智子さん

費用: 6,000円 (全8回分の材料費含む。)

お申込み

往復ハガキ、ファックス、メールいずれかの方法で、4月13日(必着)までに

「腕まくり」希望 氏名 年齢 電話番号 をご記入の上、

ハガキ: 〒192-0082 八王子市東町5-6 クリエイトホール8階

ファックス: 042-644-3910

メール: b050900@city.hachioji.tokyo.jp

応募時と同じ方法で受講の可否を連絡します。

男女共同
参画センター
まで

お問い合わせ先: 八王子市 男女共同参画センター(電話: 042-648-2230)

主催 八王子市男女共同参画センター

