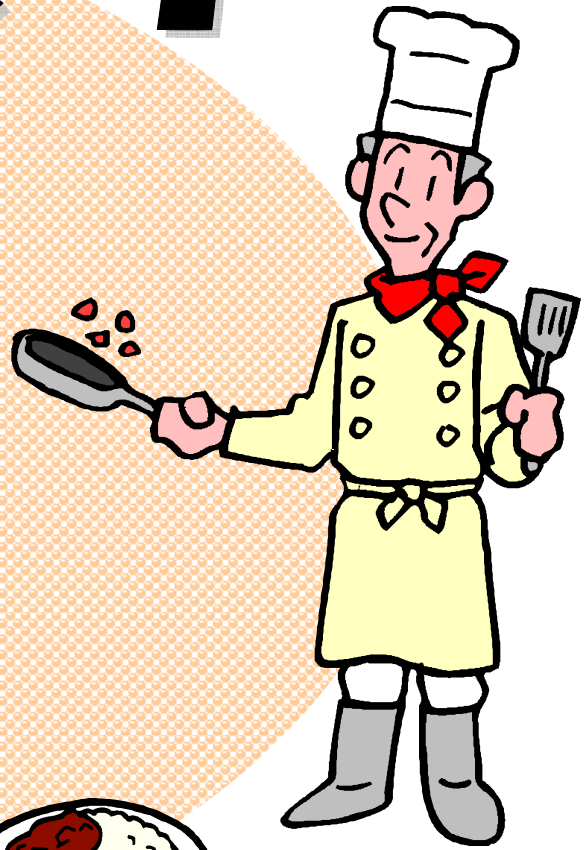
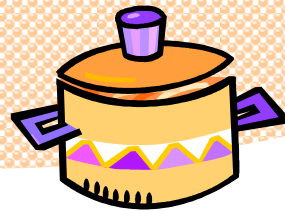
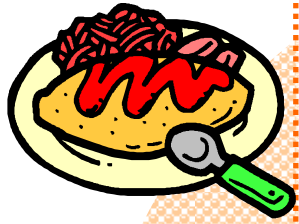


シルバーエイジを迎える男性のための「初めて」の料理教室

男の腕まくい!



いち押しポイント
・ご飯の炊き方、だしの取り方など、基本からしっかり学びます。
・家ですぐに実践できて、家族にも喜んで食べてもらえる献立を予定しています。(かんたんお寿司・お吸い物、シチュー、グラタンなど)
・食材に関する話なども、分かり易くお話しします。
・毎年大好評をいただいている、定番講座です!

料理に初めて挑戦したいシルバーエイジ男性限定! 料理の「基本」から教わる料理教室を開催します。
腕まくりして作った料理を、仲間と一緒に語り合いながら食べる美味しさ・楽しさは、きっと格別です!
ご参加お待ちしております!

平成23年

2月3日・10日

3月3日・10日・17日

すべて木曜日 **全5回**

10時~12時30分

講師: ひろしま えみこ 先生
(女子栄養大学「生涯学習」講師 他)
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: 概ね60歳以上で、料理初心者の男性
(八王子市内在住・在勤の方、
初めて受講される方を優先します)
定員: 20名(抽選)
費用: 3,800円 (全5回分・材料費込み)

お申し込み方法

1月7日(金)必着で、往復ハガキ、ファックス、メールに、「料理」氏名 年齢 住所 電話番号を記入の上、
・往復ハガキは返信面に宛名を記入して、〒192-0082 八王子市東町5-6 クリエイトホール8階
・ファックスは 042-644-3910
・メールは b050900@city.hachioji.tokyo.jp
「八王子市男女共同参画センター」まで。
番号の掛け間違いにご注意ください。
抽選結果は応募時と同じ方法で通知します。
八王子市のホームページからもお申込みできます。



八王子市クリエイトホール (八王子市東町5-6)
JR八王子駅または京王八王子駅から徒歩4分
駐車場はありませんので、お車の方は市営地下駐車場(15分100円)等をご利用ください。

主催・お問合せ: 八王子市男女共同参画センター 電話042-648-2230