

主催 NPO法人男女共同参画ネット尼崎
共催 三和本通商店街エムアイエーステイション

実践！家事講座：男の手料理教室

男の腕まくり



当日の献立で

豆腐と鶏肉のうま煮
小松菜と天ぷらの煮びたし
里芋と豚肉のみそ汁

男性限定！
包丁まな板は持参で

女性がいるとついつい頼ってしまうもの。だから、参加は男性だけに限定します。包丁とまな板を持ってきてもらうのも、使い慣れた（これから使い込んでいく）道具でチャレンジして欲しいから…、これぞ男の美学！

お申し込みは、ちらし裏面に記入のうえ
ファクスまたはEmailをお願いします。

お問い合わせ
尼崎市南武庫之荘4-3-10-214
TEL/FAX 06-6438-5064
Email sankaku367@vesta.ocn.ne.jp
NPO法人男女共同参画ネット尼崎

※ 当日は16時から三和市場に買い物に出かけますので、16時までにエムアイエーステイション前に集合してください。

'05年11月5日(土)16:00~20:00
参加費 1000円 定員 18人
お申し込みは10月31日締め切り

モテる男は料理ができる！

リタイヤしたオヤジも、一人暮らしの若者も、家事のできる男はモテる！ なんて、この頃は色んな雑誌で特集が組まれるほど。

趣向を凝らした料理じゃないけれど、しっかりダシをとって、身近な素材を使った丁寧な手料理を、一緒に作りませんか。初心者でも丁寧にお教えます。

買い物から、片付けまで

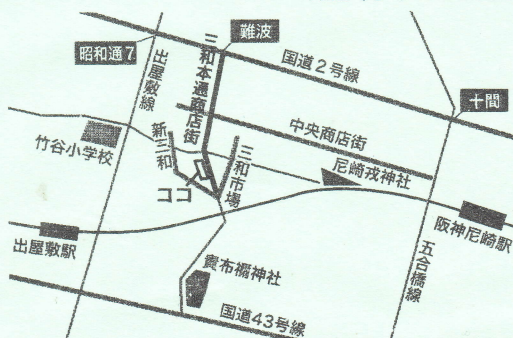
講師に、吉田清彦氏（「家事としての男の料理教室」主宰）をむかえ、三和市场でのお買い物から片付けまで約4時間の教室を開催します。食材はもちろん、尼崎の素材にこだわります。

場所は
三和本通商店街7丁目

バリアフリートイレや尼崎の名産、障害者作業所のお店が集まった三和の交流スペース

エムアイエーステイション

TEL 06-6412-2086



阪神尼崎駅から徒歩約10分・出屋敷駅から徒歩約5分。
近隣のコインパーキング等をご利用ください。

