

# 男の料理教室のご案内

## 旬の素材を使った料理作りを楽しもう

料理が上手にできればなあ…と日頃、思っている男性の皆さん。  
包丁の持ち方や切り方、味つけの仕方など、料理の基本を  
プロから学んで、気軽に台所に立ってみませんか？

食べることは生活の基本です。つくることを楽しみ、  
生活自立の第一歩にしましょう。

これまでに包丁を持ったことのない人も大歓迎です。  
どなたでも参加できます。お気軽にお申し込みください。



● 日 時:平成 20 年 6 月 13 日(金) 13 時~17 時

● 場 所:三田市まちづくり協働センター 6 階 調理実習室

● 献 立:旬の食材を使った初心者向き家庭料理(献立は当日発表)

(4 月度は、筍アサリご飯・蕨と薄揚げの煮物・春キャベツと豚肉の味噌炒め、でした。)

● 講 師:吉田清彦さん(家事としての男の手料理研究家)

● 定 員:7 人。月 1 回金曜日に開催される講習会に出席できる方に限ります。

● 持 物:包丁、まな板、エプロン、三角巾、ふきん 2 枚、持帰容器、筆記用具

● 会 費:3,000 円(食材費込み)

● 申し込み・連絡先:

▲ 郵送による申込み:〒669-1528 三田市駅前 2-1

三田市まちづくり協働センター 6 階 気付

「さんだクッキング倶楽部」

▲ PCメールによる申込み:[ccn73670@syd.odn.ne.jp](mailto:ccn73670@syd.odn.ne.jp)

さんだクッキング倶楽部は、三田市まちづくり協働センターが本年 2 月に主催した、「中高年男性のための料理教室」講座の修了生によって立ち上げられたグループです。男性の生活自立と定年退職後の暮らしの充実、地域での仲間づくりをモットーに、初年度の今年も、年 1 2 回の料理教室で、料理の腕を磨き、家人に何が起ころうと不自由しない食生活を送れるようになろうと頑張っています。

会の趣旨に賛同される方は、どなたでも会員になれます。お気軽にお申し込み、お問い合わせ下さい。但し、調理実習室の定員の関係上、7 名のみご加入いただけます。