

# 男性のための料理講座

## ～講座のご案内～

「包丁の使い方」から「和食」「簡単なおもてなしのメニュー」までを学ぶことができる、料理初心者の方向けの講座になります。

日程：9月2日(水)、9日(水)、16日(水)  
24日(木)、30日(水) 全5回コース

時間：9時30分～13時00分

場所：調布市市民プラザあくろす  
調理室（3階）

対象：おおむね55歳以上の男性

定員：6人（申込順）

講師：管理栄養士 齊藤由紀子 先生

参加費：5,000円（材料費）

※1回1,000円。初回に5回分頂きます。

※キャンセルの場合、ご返金はできませんので予めご了承ください。

※やむなく中止になる場合もございますので何卒ご理解の程宜しくお願いいたします。中止の際は、状況に応じてご返金します。



1回目のメニュー

持ち物：エプロン、三角巾（バンダナ）、マスク、筆記用具

申込み先：調布ゆうあい福祉公社 ☎481-7711