

募集中!

初心者集まれ～! メンズシニア料理教室



日 時：12月5日（木） 9：30～13：30

場 所：明道公民館 講習室

講 師：調理技能士（元 和風料理 小磯）

小磯 保弘 氏

参加費：1,000円

献 立：栗ご飯、鮭の茸蒸し焼き、鯖缶和風サラダ、
椎茸の肉詰めフライ、時間があれば汁物

持ち物：エプロン、三角巾、タオル

定 員：10名（定員になり次第締切ります）

申込み：参加費を添えて公民館まで

人生100年時代！

いきいきと暮らすためにも、いざという時に困らない
ためにも、男性だけ、初心者だけの教室で、はじめての
一歩を踏み出してみませんか？