

男の料理

男性向けの料理教室です。
令和8年度からのクラブ化に向けて、
新規メンバーを募集します。

日にち	主なメニュー	受付期間
① 5月15日(木)	そばろ重ねご飯、ツナときゅうりのサラダ、 えのきのすまし汁、牛乳もち	4/17(木)～5/8(木) までに、材料費 3,000 円(3回分)をそえて 公民館窓口へ
② 7月17日(木)	ソーメン、かき揚げ、ヨーグルトゼリー	
③ 9月18日(木)	鰯の生姜焼き、焼きしゃぶと水菜のサラダ、 ごちそうかき卵汁、ごまラテかん	
④ 11月20日(木)	梅干しと卵のスープ、ハンバーグ豆乳きのこソース、 人参とほうれん草の梅びたし	9/18(木)～11/13(木) までに、材料費 3,000 円(3回分)をそえて 公民館窓口へ
⑤ 1月15日(木)	鯖の辛味煮、卵焼き風チヂミ、 大根ナムルのビビンバ	
⑥ 3月19日(木)	押し寿司、くずれ豆腐のすまし汁、 ほうれん草の蒸しケーキ	

※時間はすべて 10:00～13:00

【講師】箱田ゆう子さん(公民館講師)

【材料代】1回 1,000円(3回分まとめて集金)

【定員】男性 16名(先着順)

【持ち物】エプロン、三角巾(バンダナ)、マスク、ふきん3枚、筆記用具

【申込】受付期間に費用をそえて公民館窓口へ

※欠席の場合は、各講座日の前の週の木曜日までにご連絡ください。

それ以降のキャンセルは費用の返金はできません。

※お申し込みの際にいただいた個人情報は、当該講座のみに利用し他の目的には利用しません。

料理初心者
の方大歓迎!



きよくとう
岡山市立 旭東公民館

岡山市東区西大寺松崎 310-1 電話 (086) 943-1154

*開館時間: 9:30～21:00(日曜日は～17:00) *休館日: 水曜日・国民の祝日・年末年始