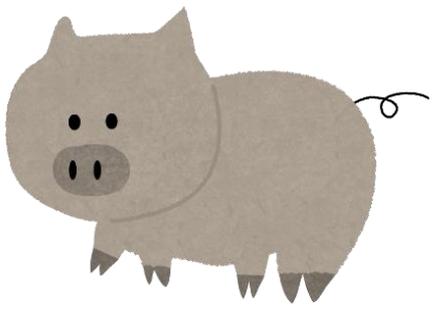


市内在住 20代から70代の男性

はもりあカレッジ 2024 市民企画

# 男子厨房 に入る!! 参加者募集!



こんなに美味しい料理を作らないで人生そのまま通り過ぎていいんですか？

男子の好きな定番料理、「ヘルシーでやわらかしあわせトンテキ」と「ちょっと寄り道の定番焼きそば」を作ります。一人で全部作ります。料理を仲間で作るのもいいのですが、料理の一部しか作れないのが現状です。今回は一人で最初から最後まで全部作ります。自分で作った料理は納得の味ですよ(๑)男子の皆さん、一緒に厨房に入って美味しい料理づくりに挑戦してみませんか！まずは昼ごはんを自分で作ってみましょう！

★対象者:市内に在住の20代~70代の男性

★会場:本町プラザ3F 四日市市男女参画センター「はもりあ四日市」調理室

★時間:10:00~12:00

★参加費:1人1,000円(全2回分)

★持ち物:エプロン、三角巾、ハンカチ、上履き(必要な人、スリッパはあります)

★講師:志田 米蔵 補助:東海 伸二

★託児:あります。(無料、6か月~小学3年生程度、10月17日までに申込)

★定員:8人(先着順)申し込みは9月24日以降に講座名、住所、名前、電話番号、託児の有無(必要な場合は子どもの名前と年齢)を電話かファックス、Eメールで、はもりあ四日市へまたは下の申し込みフォームからでも可

美味しくて  
幸せいっぱいの  
やわらかトンテキ

## 第1回

10月26日(土)  
ヘルシーでやわらか  
しあわせトンテキ

部活の帰り  
腹ペコで食べた  
焼きそば

## 第2回

11月30日(土)  
ちょっと寄り道の定番  
焼きそば👍

申し込み・問い合わせ先

住所:〒510-0093 四日市市本町 9-8 はもりあ四日市 宛て

TEL 059-354-8331 FAX 059-354-8339

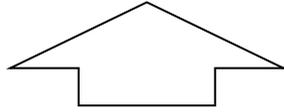
Eメール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

スマホで右の二次元コードを読み込み、申し込みが出来ます。是非ご利用ください。



この講座は四日市市男女共同参画センターの委託を受けシニアサークル「男の囲炉裏端」の会が企画・運営します。

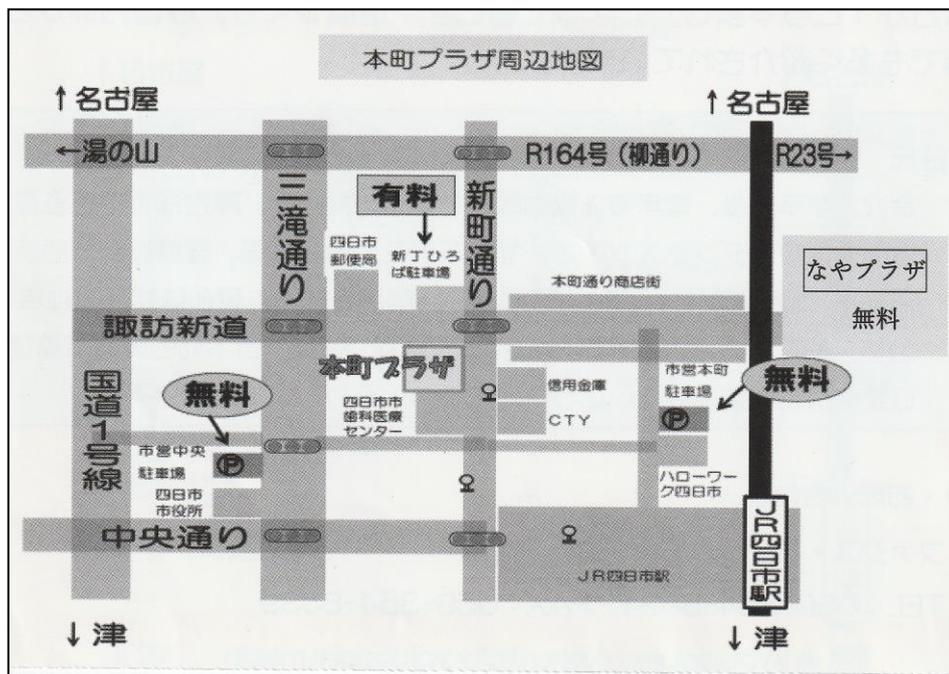
# 四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」行



FAX: 059-354-8339

## 受講申込書

講座名	はもりあカレッジ2024 男子厨房に入る!!
ふりがな お名前	
ご住所	〒
電話番号	
託児	名前 ( 歳 カ月)



市営中央駐車場・市営本町駐車場は、駐車券持参で無料処理させていただきます。その他の駐車場は有料となります。