



# 開催 男の料理教室



※男性料理の愛称（命名：内閣府）

男性が料理をするには、知識や技術がなくて自分には作れない、家族のために作る料理は栄養バランスや盛り付けなどに気をつかい立派でなければいけない、料理を作ってみたものの家族に不評だった・・・そんな経験ありませんか？

そこで、これまで料理をしていない、料理をしたことはあるものの作ることがやめてしまったという男性の料理参画への第一歩として、簡単で手間を掛けずに作れる料理教室を開催します。

（ご家族の皆さん！男性の参加を後押ししてください。）

## MENU

- ★太巻き寿司   ★いなり寿司
- ★厚焼き玉子   ★ほうれん草の白和え
- ★お楽しみデザート



- ◆日時       11月26日（日）午前9時30分～午後0時30分  
（上記の時間は、調理後の全員での食事会を含みます）
- ◆場所       中央公民館 1階 調理室
- ◆参加費     500円
- ◆定員       16名
- ◆託児付     ただし未就学児童（参加申込み時にご連絡ください。）
- ◆申込み     11月20日（月）までに、下記へお申し込みください。  
※開催日が近くなりましたら、申し込みされた方には改めて通知いたします。



**男女共同参画とワーク・ライフ・バランスのとれたまちづくりを目指します。**

●申し込み先 人権同和政策課 男女共同参画係 ☎64-5902 E-mail [danjo@city.tomi.nagano.jp](mailto:danjo@city.tomi.nagano.jp)

