

主催

 稗原ゆ〜ず連絡会

お楽しみ講座 第1弾

男

の料理入門

第1回 中華料理

不安のない生活の場をつくるために・・・

これからは男性も料理ができなくちゃいけません

稗原ゆ〜ず連絡会が、「デキルあなた」に変身させます

家族から頼られる男性に、なりませんか？

第1回 **3月28日** 月 **15:30-18:00**

会場 **川崎市立稗原小学校**
1階・家庭科室

詳しくは裏面をご覧ください ▶

お問い合わせは
稗原ゆ〜ず連絡会事務局（川田） ☎090-3681-6209



協力
第5期宮前区区民会議くらし部会

男の料理 MCR 入門！

※MCR=Men's Cooking Room

「不安のない生活の場を作る」をモットーに結成された「稗原ゆ〜ず連絡会」が主催する、男の料理教室（MCR）です。

近隣にお住まいの方々と、一ヶ月に1回程度お会いして、男同士で料理・談論を楽しみませんか。ゆっくり、じっくり、基本から始めますので、誰でもできるようになります。

「デキルあなたに」変身し、家族から頼られる男性になりませんか？

▶第1回料理プログラム

中華料理「麻婆豆腐と担担麺の作りかた」

本格的に作ってプロ並みに！中華料理はおとなにも、子どもにも大人気！そのなかでも特に人気の高い「マーボー豆腐」と「タンタンメン」をつくります。

※画像はイメージです。



▶講師

瀬尾 為明

小学校、中学校の校長を歴任し、現在、稗原団地自治会会長。稗原ゆ〜ず連絡会理事。

▶詳細と申し込み方法

日時 ● 平成28年3月28日（月）午後3時半～午後6時

会場 ● 川崎市立稗原小学校 1階 家庭科室

対象 ● 潮見台2丁目・菅生2～3丁目・菅生ヶ丘（稗原小学校区の7自治会エリア）に在住で概ね50歳以上の男性24名（稗小地区7自治会）

会費 ● 800～900円 / 一回（食材費の実費負担）

持ち物 ● エプロン、三角巾又は手ぬぐい、ハンドタオル、布巾、

申込み ● 3月24日（木）までに、下記の自治会ごとに電話で受付（先着順）

▶お申込み、お問い合わせ先は、各自治会長へ。

鷺ヶ峰西住宅自治会：川田 090-3681-6209

稗原団地自治会：瀬尾 977-5060

鷺ヶ峰住宅自治会：庄司 977-9435

一の丸自治会：坂本 977-2161

菅生ヶ丘自治会：大津 977-6521

菅生台自治会：黒澤 977-8709

稗原自治会：藤田 977-1014

主催 ● 稗原ゆ〜ず連絡会、Men's Cooking Room (MCR) 実行委員会