

# 男の料理教室

参加者  
募集!!

1月20日(火)~3月3日(火) 全4回

時間:午後7時~午後9時

料理初心者の男性、全く料理をしたことない方も大歓迎!!  
料理の基本から家庭の定番料理まで、楽しみながら料理を覚えてみませんか?

- 対象 成人男性 ※今まで全く料理をした経験のない方、大歓迎です。
- 会場 十日町市中央公民館 (市内本町一丁目上 ☎025-757-5011)
- 学習内容 料理の基礎からしっかり学び、ごはんのおかずやお菓子作りまで、男性が手軽にできる料理を学びます。(内容は裏面をご覧ください。)
- 開催日 1月20日、2月3日、2月17日、3月3日 全4回
- 持ち物 エプロン、三角巾
- 参加費 2,000円 ※材料費別途必要
- 定員 12人 (最小催行人数5人)
- 申込方法 12月26日(金)までに、「下記の申込書」に参加費を添えて、中央公民館にお申し込みください。  
(定員に達した場合は、その時点で締め切らせていただきます。)

令和7年度 成人講座 (男の料理) 参加申込書

氏名	(ふりがな )	生年月日	年齢
		年 月 日	歳
住所	〒94 - 十日町市 番地 (行政区 )	電話 (自宅) 025 - - (携帯) - -	

※参加費 2,000円 ( 月 日 受領) 取扱者

# 令和7年度 男の料理教室

日 程		内 容
第1回	1月20日	チキンと塩もみ大根の辛味味噌煮 焼きリンゴ ほか、一品
第2回	2月3日	ピザ(マルゲリータピザ、ミックスピザ) ★ピザソースを手作りします。
第3回	2月17日	レンジで作る混ぜごはん 厚焼き卵 豚汁
第4回	3月3日	牡蠣ジャンの Pasta ナッツと小魚の餡かけ ★おつまみに合います!

- ※ 内容によっては夕食を済ませてからお越しください。
- ※ 仕入れの都合より内容が変更となる場合があります。