

男性の自立のための料理教室（基礎編）（応用編）

回	基礎編		応用編	
	日時	内容	日時	内容
1	6月10日	調理の基礎の基礎から始めよう ～まずは野菜料理～	11月11日	秋の味覚に舌鼓
2	7月8日	豆腐料理あれこれ	12月9日	年末年始のおもてなし料理
3	8月5日	卵料理を作ってみよう	1月20日	缶詰や乾物を使ってみよう ～いざというときに役立つ簡単料理～
4	9月9日	メインは肉料理！	2月17日	身も心も温まる野菜たっぷり料理
5	10月14日	魚料理に挑戦	3月10日	花より団子のおもてなし料理

講師 管理栄養士 上田真珠美 先生

日 時：第2日曜日（10：00～12：30）

※8月は第1日曜日、1月・2月は第3日曜日に変更

会 場：（一財）山口県婦人教育文化会館内山口市働く婦人の家

受講料：基礎編 3,780円・応用編 3,780円 ※途中からの受講も可能です。

材料代：基礎編 3,000円・応用編 4,000円 ※5回分まとめてお支払頂きます。

持参品：エフロン、髪の落下を防ぐ三角巾等、マスク、筆記用具

応募締切：H30.6/3（日）（消印有効）※途中からの受講も可能です

応募方法：窓口または往復はがきに、講座名・住所・氏名・電話番号・年齢・

職業の有無をご記入のうえ、下記までお申し込みください。

山口市働く婦人の家・（一財）山口県婦人教育文化会館

〒753-0056 山口市湯田温泉5丁目1-1

TLE083-921-1929/083-922-2792 FAX083-932-6417

