宇城市食生活改善推進員協議会主催事業 令和7年度(2025年度)

育休中のパパや 若い方もご参加 お待ちしています!

男性の料理教室

時代の変化の中で、男性でも料理をする方が増えています。

でも、料理ができるようになりたいけれど、なかなか自分1人では始められないという方もいるのでは?料理をする機会を作りたい・増やしたいという方のために、市では男性のための料理教室を開催しています。仲間づくり、健康づくり、料理のスキルアップのために参加してみませんか?若い方も、参加されています!年齢問わず、お気軽にお申し込みください。

※おとこの料理教室から名称が変更になりました。









2 つのコースがあります。どちらかを選んでお申込みください。

初心者コースを受講したことがある方は、ステップアップコースをお勧めします。

· ★初心者コース★ ~料理は初めてさん向け~

≪内容≫ ①調理を始める前に

- ②食材の切り方、調味料のい・ろ・は
- ③米の研ぎ方、みそ汁の作り方
- ④家でも作りたい基本の料理! など 計5回のコース

《会場》 松橋東防災拠点センター



★ステップアップコース★ ~料理をしたことがある人向け~

《内容》 季節の食材を使った調理実習

健康や食に関する豆知識講座もあり!

《会場》 三角防災拠点センター・宇城市保健福祉センター 2会場

※保健福祉センター会場は年度途中で変更になる場合があります。

詳しい日程は裏面へ!

★初心者コース★

*昨年度と同じレシピになる可能性があります

小川支部担当

会場:松橋東防災拠点センター

日程: 第1回 7月4日 (金)

第2回 8月8日 (金)

第3回 9月24日(水)

第4回10月22日(水)

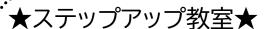
第5回11月 19日 (水)

時 間 9:30~12:30頃まで

募集人数 20名参加費 無料

申込〆切 5月30日(金)まで





*どちらの会場も内容は同じです。

*前期のみ、後期のみもOK!

三角支部担当

会場:三角防災拠点センター

日程:金曜日開催

6月27日	10月24日
7月25日	11月21日
8月22日	12月19日
9月26日	1月30日

不知火支部 · 松橋支部担当

会場:宇城市保健福祉センター等

日程:木曜日開催

6月 26日	10月23日
7月24日	11月20日
8月28日	12月18日
9月25日	1月29日

時 間 10:00~12:30頃まで(当番班制のため当番時は 9:30集合)

募集人数 三角会場 12名 松橋会場 20名

参加費 1回 500円

※前期と後期(初回と10月)の2回に分けて徴収します

申込〆切 5月30日(金)まで

講師

宇城市食生活改善推進員(ヘルスメイト)

持ち物

米1合、エプロン、三角巾、筆記用具

お申込み・お問合せ先