

# 男性料理講座

さんかくプラザ講座

男性限定 全2回 材料費有



令和3年2月6日・20日(土)

時間：10:00~13:00

会場：さんかくプラザ

(郡山市男女共同参画センター)

今回は全てひとりで挑戦！

旬な料理や食材を美味しく調理するヒント  
など、内容が盛沢山！！

副菜・汁物を添えて定食料理で召し上がれ♡

- ◇対象：男性
- ◇定員：6名(先着順)
- ◇持参物：エプロン・三角巾・ふきん・マスク
- ◇材料費：2,000円
- ◇申込み切：令和3年1月29日(金)まで  
※材料費を添えて窓口でお申込みください。
- ◇受付時間 8時30分~17時15分

(第3日曜日・年末年始12/29~1/3を除く)

※メニューは変更になる場合があります

講師

フードコーディネーター

古宮 未奈子 さん

☆冬が旬！フライパンで作るブリ大根

☆切り方次第で大変身！？

鶏むね肉を柔らかくする裏技！

など

一お問合せ先一

さんかくプラザ

郡山市男女共同参画センター

(公益財団法人郡山市文化・学び振興公社)

〒963-8876

郡山市麓山二丁目9-1

TEL024-924-0900

## 新型コロナウイルス感染症予防のお願い

さんかくプラザの利用にあたっては、「新しい生活様式」を踏まえ、感染拡大防止のご協力をお願い致します。

- (1) 人との間隔を空け、身体的確保をお願いします。
- (2) 「マスクの着用」と「咳エチケット」をお願いします。
- (3) こまめな「手洗い」や「手指消毒」をお願いします。
- (4) ご利用当日は検温をし、次の症状がある方のご来場はご遠慮下さい。
  - ・当日を含め過去2週間以内に発熱(受診や服薬等により解熱している状態も含む)
  - ・呼吸器症状、咳、くしゃみ等がある具合の悪い方
  - ・感染拡大している地域や国への訪問歴が14日以内にある方

## 「男性料理講座」申込書

ふりがな		年代	TEL	代
氏名				

※個人情報を受付名簿作成のために使用いたします。目的以外に使用することはありません。