2020年度

プロから教わる【料理教室】

～手打ちうどんとかき揚げに挑戦！

お品書

9：30～12：30
- 手打ちうどん
- うどん講師　内田良子さん（弘西寺地域福祉会）
- かき揚げ、いなり寿司

13：10～14：30
- 料理おやじの発信！
- ～熱中症予防について
- 熱中症の発生状況ついて独自に調査した瀬戸孝則さん（おやじの料理教室参加者）による研究発表

第一回 おやじの料理教室

日時　6月30日（火）9時半～14時半

場所　南足柄市女性センター

※会議室1に集合ください

女性センターの駐車場は有料です。ご留意ください。

参加費　600円

講師　岩原ストアの精肉店で総菜を作っていた【総菜のプロ】齋藤　邦雄さん

裏面もご覧ください

申込み＆問合せ：南足柄市社会福祉協議会ボランティアセンター　☎0465-72-2299
fax0465-74-3276 またはホームページ　http://www.minamisyakyo.or.jp/

午後プログラム
13:10～14:30

千津島地域の「料理おやじ」

瀬戸孝則さんの発信！　～熱中症予防を考える

おやじの料理教室の参加者でもあり、千津島地域の文化祭では
フィールドワークを基本にした研究を発表している瀬戸さんからの発信。
この時期必聴の内容です。元気に夏を乗り切りましょう。

おやじ五箇条

一、清潔第一

指輪、時計は外してください。手に傷がある場合は、お知らせください。ビニール手袋をお貸しします。
手洗いもしっかり。卵や肉を触った後は、再度洗います。

二、忘れ物はいたしません

エプロン、三角巾、ハンカチ、ふきん持参。
靴下着用をおススメします。

三、マスクは顔の一部です

安心して料理に集中できるように、着用をお願いします。

四、明朗会計

六〇〇円は当日お支払ください。
つり銭のないようにお願いします。

五、備えあれば・・・

参加が難しくなった場合は、早目にご連絡ください。

六、ふるまう

覚えた料理を作って、家族や友人にも食べてもらいましょう。