



## 男子料理教室（第2回）～秋の味覚を楽しむ男の料理～

西学区の福祉を高める会 いきいきサロン



大好評の男子料理教室が10月17日（土）に行われました。  
参加者は全員男子、献立から買い物まで当番を決めて自分たちでワイワイガヤガヤ言いながら楽しく料理しています。

今回のメニューは

- \*秋味 きのこと里芋のみそ汁
- \*秋鮭のチャンチャン焼き
- \*秋ナスのからし和え かつお風味
- \*りんごゆず でした。



グループに分かれてレシピを見ながら包丁で材料を切ったり、計量スプーンで調味料をはかったり、チームワークバッチリでご飯が炊けるまでに、手際よく次々と料理を仕上げていきます。

男子料理教室を始めて10年以上経過していますが、当初は指導して下さる先生や助手がいて本格的な料理教室でした。

しかし、日ごろ料理をしていない男子に、料理を作ることだけではなく、メニューを決めること、材料を買いに行くことなどを実際に経験してもらうことで、食に対する興味を持ってもらうこと、料理を作って食べる楽しさを実感してもらうことができます。



年に3回程度の教室ですが、参加者は定着しており、仲間づくりの場にもなっている、楽しい教室です。

いただきます♥



次回は2月7日（土）の予定です。  
ワイワイガヤガヤ楽しく料理を作ってみませんか？興味のある方は是非参加してみてください。  
申し込みが必要です。

西公民館 925-0442 まで