

男性限定！簡単調理の会

おとこの台所倶楽部

牧之原市の地産地消にこだわった
簡単調理をしながら、同世代・男性同士で
仲間づくりをしませんか？

日時：①10/6（火）スタート

（第1、第3火曜日）※祝日による変動あり

②10/20 ③11/10 ④11/24 ⑤12/1

⑥12/15 ⑦1/5 ⑧1/19 ⑨2/2 ⑩2/16

（全10回）

定員
10名

- ・ 時 間：10:00～12:00
- ・ 場 所：生きがいガーデンこにた（牧之原市中1090-3）
- ・ 対象者：市内65歳以上の男性の方でご自分で来れる方
- ・ 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物・マスク・手拭きタオル
- ・ 参加費：700円（材料費込み 当日集金します）

活

動

内

容

味噌玉づくり体験

味噌を使って味噌玉
作りを体験しよう！
新米に合わせて楽し
もう！

旬の野菜で常備菜

地元の野菜を使った
常備菜などを紹介。
・波乗りレモンシロップ漬け
・ショウガの漬物…など

簡単一品料理

旬の野菜で簡単調理。
晩酌のお供に！

お問い合わせ先

☎ 0548-29-1101

牧之原やまばと学園 聖ルカホーム 曾根
申し込み方法：電話で直接申し込む

締め切り：9/30（先着順）

駐
車
場
地
図

