



健康都市大学

# 《健康講座》男性料理教室

## はじめの一步

全6回

基本の味噌汁・ごはんから、冷凍食品や乾物の上手な活用法、旬を楽しむ献立、バランスの良い食事まで…ゆっくり学びましょう。

9/25・10/23・11/27  
12/25・1/22・2/26

ともに水曜日 10:30~13:30

大和市文化創造拠点 シリウス 6階  
生涯学習センター 611調理実習室

講師 大和市食生活改善推進員

- ◆対象：大和市内在住・在勤の料理初心者の男性
- ◆定員：18名（定員を超えた場合は抽選）
- ◆参加費：2,000円（6回分）

※本講座ではIH調理器を使用します。  
※食物アレルギーについては、自己責任においてご参加いただきますようお願いいたします。

- ◆申込み：窓口または官製はがきにて下記事項をお書きください。  
講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年代、食物アレルギーの有無  
(大和市外に在住で、大和市内に在勤の方はその旨をお書きください)

- ◆送り先：〒242-0016 大和市大和南1-8-1  
大和市文化創造拠点シリウス6階生涯学習センター行

※はがき1枚につき1名の申し込みとします。  
※当落結果は開催1週間前をめぐにお知らせします。  
開催3日前までにご連絡のない場合はお問合せください。

問合せ)大和市生涯学習センター  
046-261-0491



◆アクセス◆  
小田急江ノ島線・相鉄本線  
大和駅から徒歩3分

ホームページ  
<https://www.yamato-bunka.jp/>

※駐車場の数に限りがありますので、公共交通機関でのご来場をお願いいたします。  
※天候や交通機関の運行状況および、その他不可抗力により開催が中止となる場合がございます。