

市内在住、または通勤・通学の
20代から70代の男性

はもりあカレッジ 2025 市民企画



男子厨房 に入る！ 参加者募集！



時短(早い)!! であまい♡昼ごはん👍

男子の好きな定番料理、「しあわせ熱カレー」と「焼きうどん」を作ります。一人で全部作ります。料理を仲間で作るのもいいのですが、料理の一部しか作れないのが現状です。今回は一人で最初から最後まで全部作ります。自分で作った料理は納得の味ですよ(๑)男子の皆さん、一緒に厨房に入って美味しい料理づくりに挑戦してみませんか！まずは昼ごはんを自分で作ってみましょう！

★対象者:市内在住、または通勤・通学の20代～70代の男性

★会場:本町プラザ3F 四日市市男女参画センター「はもりあ四日市」調理室

★時間:10:00～12:00

★参加費:1人1,000円(全2回分)

★持ち物:エプロン、三角巾、ハンカチ、上履き(必要な人、スリッパはあります)

★講師:志田 米蔵 補助:東海 伸二

★託児:あります。(無料、6か月～未就学児、10月15日までに申し込み)

★定員:8人(先着順)申し込みは9月24日以降に講座名、住所、名前、電話番号、託児の有無(必要な場合はこどもの名前と年齢)を電話かファックス、Eメールで、はもりあ四日市へまたは下の申し込みフォームからでも可

秘密の隠し味
だから熱カレー！

第1回

10月25日(土)

やっぱり今日は
しあわせ熱カレー

第2回

11月29日(土)

昼めしと言えば
焼きうどん

簡単に出来て
しかもうまい！

申し込み・問い合わせ先

住所:〒510-0093 四日市市本町9-8 はもりあ四日市 宛て

TEL 059-354-8331 FAX 059-354-8339

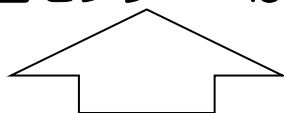
Eメール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

スマホで右の二次元コードを読み込み、申し込みが出来ます。是非ご利用ください。



この講座は四日市市男女共同参画センターの委託を受けシニアサークル「男の囲炉裏端」の会が企画・運営します。

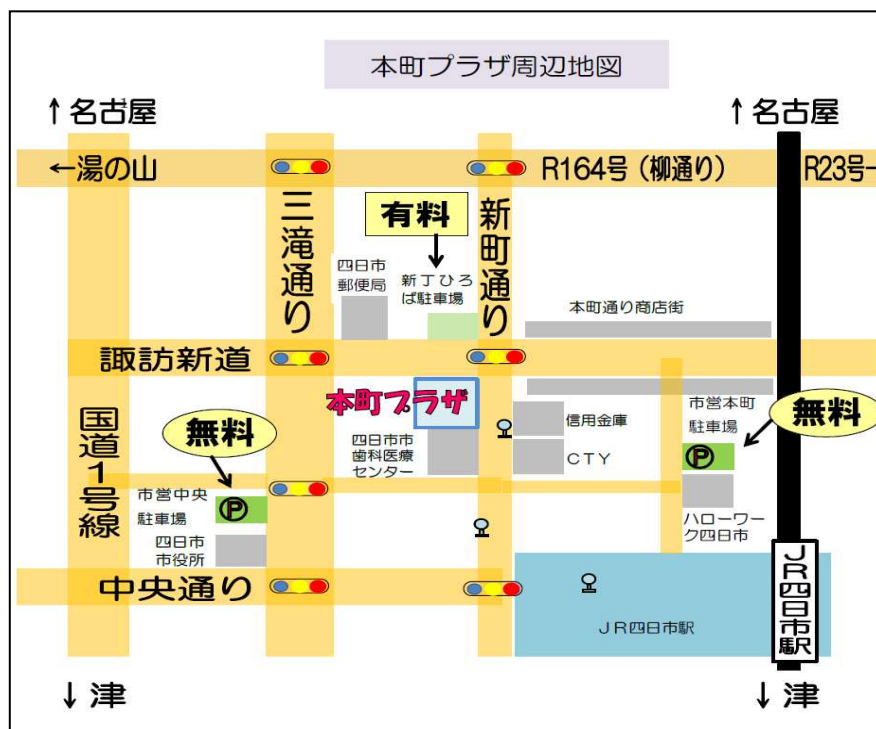
四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」行



FAX：059-354-8339

受講申込書

講座名	はもりあカレッジ2025 男子厨房に入る！
ふりがな お名前	
ご住所	〒 ー
電話番号	
託 児	名前 (歳 カ月)



市営中央駐車場・市営本町駐車場は、駐車券持参で無料処理させていただきます。その他の駐車場は有料となります。