

# 男性のための 料理教室

初心者歓迎

男性限定の料理教室です。クッキングサポーターを講師に、初心者向けの手軽なレシピに挑戦してみませんか。シニア世代に必要な栄養バランスについても学びます。調理を通して、みんなで交流しましょう♪



5/14(木)  
10時~13時



クッキングサポーターとは  
コープこうべからの「食」に関する  
さまざまな提案、思いを伝え広  
めていく組合員メンバーです。

- 【ところ】コープ有野 組合員集会室
- 【講師】クッキングサポーター
- 【対象】男性（初心者向けの料理会です）
- 【定員】15人（申込順）
- 【参加費】500円（材料費）
- 【持ち物】エプロン・三角巾・マスク・ハンカチ

## メニュー

- ・鶏肉のごま風味焼き
- ・のりポテ和え
- ・ごぼうとしめじの簡単みそ汁
- ・ごはん

## 申し込み・問い合わせ

電話で申し込み ★受付期間：4月6日(月)~30日(木)



コープこうべ第4地区本部

電話：0794-87-7755 [月~土 9時半~17時(日・祝 休み)]