

くらしの学校 ～働く人がこころ豊かに～

男女問わず
ご参加
いただけます！

男の家庭料理教室

初めて参加する方も安心！栄養士の講師を迎え、食材の扱い方、調理道具の使い方などをわかりやすく解説しながら進めます。

テーマに沿ったそのシーズンの食材を使ったレシピは

毎回、メインと副菜2～3品を作ります。

料理初心者の方も！もっと料理の奥深さを

知りたい方も！お気軽にご参加ください。

仲間と一緒に楽しく料理を作りましょう♪

作った料理はお持ち帰りいただきます。

※お持ち帰りの容器はご用意します



※当日は実習のみで試食はございません。

開催日時： いずれも 10時00分～12時30分 ※お好きな回にご参加いただけます

2021年①10月23日（十）和食1

2022年④1月22日（十）和食?

②11月27日（土）洋食1

⑤2月26日（土）洋食2

③12月18日（十）中華1

⑥3月26日（十）中華？

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、中止・延期になる場合がございますのでご承知おきください。

場 所	横浜市技能文化会館 6階 601料理研修室		
講 師	市原 由貴子氏 「横浜旬・菜・果」代表、栄養士、料理研究家		
持 ち 物	エプロン、三角巾、食器用ふきん、手拭き用ふきん、お持ち帰り用のバッグ		
受 講 料	各回3,800円（材料費込） 6回セット料金 21,000円 ※セットでお申込みの場合、各回ごとに3,500円のお支払いとなります		
申 込 み	電話・E-Mail・FAX・来館にて ※前日・前々日のキャンセルはご遠慮ください	定 員	各回12名 ※先着順

横浜市技能文化会館

〒231-0031 横浜市中区万代町2-4-7

- JR 関内駅 南口から 徒歩5分
- 市営地下鉄 伊勢佐木長者町駅 出口2 から徒歩3分

 TEL **045-681-6552**
 FAX **045-681-6554**
 E-mail **gibun@socioak.com**
 URL **https://gibun.jp/**

(受付時間：平日 9時～17時／休館日 第2水曜日)

---《 お申込者 ご記入欄 》---

電話・E-Mail・FAXにてお申込の際は、下記の情報をお伝え下さい。

記入日: 月 日

講 座 名	男の家庭料理教室 ☐6回セット ☐各回①・②・③・④・⑤・⑥（希望回到○をつけてください）		
フ リ ガ ナ 氏 名		E - Mail	@
電 話 番 号		携 帯 電 話 番 号	
ど ち ら で お知りになら れましたか？	当館・当館ホームページ・検索サイト・フェイスブック・ツイッター・メルマガ 市役所・区役所・図書館・地区センター・他施設・新聞・その他（ ）		

「男の家庭料理教室」って？

～講師のご紹介～

市原 由貴子氏

横浜市在住、「横浜 旬・菜・果」代表、栄養士、料理研究家

横浜市各所、自宅にて料理教室、お菓子の教室を主宰。

四季のある日本ならではの季節の素材を使った料理、お菓子が得意。

市原先生は数々の料理教室講師を務められ、栄養学知識も豊富で、

食品、栄養、調理方法など、様々なお話を聞きながらの料理は感心、納得！

特に「梅干し」に代表される保存食に力を注がれていて、「杉田梅」を用いた料理の研究・開発・普及活動をライフワークとされています。

当館では、梅酒、梅干しづくり、おせち料理づくりもご担当いただいています。



横浜 旬・菜・果

YOKOHAMA SHUNSAIKA

<http://shunsaika.yokohama/>

【スタッフからのオススメポイント】

「男の家庭料理教室」は…

◇料理は興味があるけど自分で作るのは不安がある…

◇女性の多い料理教室はなんだか気が引ける…

◇自己流で作ってはいるけど基本を知りたい…

などの方におすすめです。



★男女問わずご参加いただけます。

★講師は、丁寧な指導・豊富な知識・わかりやすい解説の市原先生をお迎えします。

★通うごとに上達して、仲間もできて、料理をもっと楽しく身近に感じたい方にぜひどうぞ！



■JR 関内駅南口から徒歩 5 分

■市営地下鉄伊勢佐木長者町駅出口 2 から徒歩 3 分

【立体駐車場】 営業時間 8 時～22 時
収容台数 60 台

【横浜市技能文化会館 個人情報保護方針】

皆さまからの必要に応じて、情報を収集させていただく場合があります。ただし、個人を特定できる情報を法令に基づくものを除き、本人の同意なく第三者へ提供することはありません。なお、外部委託する際には、個人情報保護水準を十分に満たしていることを条件に選定し、機密保持契約を締結した上で委託いたします。また、本人からの個人情報の利用目的の通知・開示・訂正・追加または削除・利用の停止・消去及び第三者への提供の停止の要請があった場合には、当館で定める所定の手続きに則り速やかに対応いたします。