

# まかせて厨房



- 1 講師 峰 久代 先生
- 2 日時 毎回土曜日(全6回) 10:00~12:00
- 3 場所 西公民館3階 調理実習室
- 4 対象 一般成人(男性) 16名
- 5 材料費 4,500円(6回分)

\*欠席や途中キャンセルの場合の材料費返金はありません。

- 6 用意するもの マスク、エプロン、三角巾、食器用ふきん3枚、手拭きタオル
- 7 学習計画表

回	月日	学習内容
1	4月18日	【開講式】 ご飯、魚の塩焼き、胡麻和え、みそ汁
2	4月25日	ご飯、回鍋肉(ホイロ)、煮物、スープ
3	5月9日	ご飯、照り焼き、サラダ、みそ汁
4	5月16日	きのこの混ぜ込みご飯、唐揚げ、あさり汁
5	5月23日	ご飯、エビチリソース、煮物、ワンタンスープ
6	5月30日	ご飯、ミートスパゲティ、和え物、デザート 【閉講式】

※5/2休み

◎申込期間 3月1日(日)~3月31日(火)

※日・祝日は休館日

◎申込方法 (1)電子申請→西公民館ホームページより

(2)往復はがきによる申込

往信裏面に、①講座名 ②氏名(ふりがな)

③年齢 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号 を記入し、  
返信表面に申込者住所・氏名を記入のうえ郵送

(3)直接来館して申込

申込者の住所・氏名を書いた返信用のはがきを持参

※方法(2)、(3)のはがきは、申し込む講座数必要です。

◎申込先 長崎市西公民館 〒852-8004 長崎市丸尾町5番5号

TEL861-5919 FAX861-5926

※定員を超えた場合は抽選となります。



マスクの着用を  
お願いします。

