

基礎から学ぶ



男性料理教室 (全2回)

1回目 5/8 (日) 10:00 ~ 13:30

「プロから教わる日本料理の基本」

出汁の取り方や調味料を入れる順番など…。
今さら聞けない「料理の基本」を人気日本料理店のプロ
が伝授します。

講師 都原 慎司氏 (新屋敷幸福論 店主)

【Profile】 高校卒業後、大阪、東京、パリ (主に日本料理店)、横浜 (フレンチ) で
の修行・職歴を経て、2011年7月に『新屋敷 幸福論』をオープン。オープンキッ
チンで、他にはない独自のスタイルの日本料理屋を展開中。



2回目 5/14 (土) 10:00 ~ 13:30

「管理栄養士と考える健康食の工夫」

糖尿病、高血圧、脂質異常症など、生活習慣病を予
防するための食事の工夫とは？ 管理栄養士と一緒に
考え、調理実習を行います。

講師 江藤ひろみ氏 (熊本県立大学非常勤講師)

【Profile】 大学や専門学校で「子どもの栄養」についての授業を実施。
病院では、精神科の患者の栄養指導を担当。「健康づくり熊本市民
応援団食ネット部会」で食育活動なども行っている。



会場 熊本市男女共同参画センターはあもにい
2階食のアトリエ (熊本市中央区黒髪 3-3-10)

対象 男性 **定員** 15人 (先着順) ・託児あり (10日前までに要予約)

料金 2000円 (材料費・全2回分)

受付スタート

4/5 (火) 9:00 ~

申込
問

☎ 096-345-2550

熊本市男女共同参画センターはあもにい (主催)
<http://www.harmony-mimosa.org/>