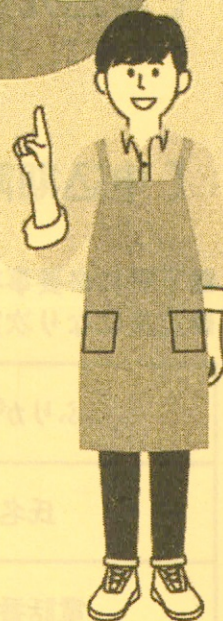


家事も  
キャリアも  
充実！

初心者  
大歓迎！

頑張らずに料理戦略

# 簡単・時短 男性料理講座



参加費  
500円

国際女性デー | 女性の生き方を考える日

3月8日(日)  
10:30~12:30

定員  
20名

託児・手話通訳あり

📍 プラザおおむら キッチンスタジオ (大村市本町326番地1)

**対 象** 共働き世帯の男性、新生活を始める男性

**講 師** 管理栄養士 稲田 勤子さん

**内 容** 包丁を使わないワンパン料理を作ります。  
体調が優れない時にも役立つ、お守りメニューもご紹介！



お申込み・お問合せ

大村市男女共同参画推進センター「ハートパル」

〒856-0832

大村市本町458番地2 プラットおおむら4階

TEL : 0957-54-8715 FAX : 0957-54-8700

MAIL : danjyo-s@city.omura.nagasaki.jp

お申込みフォーム



参加当日は

- ・スリッパ(上履き)
  - ・エプロン
  - ・三角巾(バンダナ可)
  - ・マスク
- をご持参ください。

2/20 (金) 締切