



**ビールに合う!**

家族に褒められる! 包丁研ぎ教室つき



# 男の料理教室 (全 2 回)

★8/8(土)10時より受付開始!★

**土曜** ■ 午後 1 時~4 時

1:00~1:45 包丁の知識と包丁研ぎ実習 講師: 高木輝雄さん(蕨市在住)

「徳蔵」居合刀、和包丁、洋包丁、特殊刃物の販売

2:00~4:00 調理実習・試食

## かんたん! うまい! ランチメニュー



9/5

手軽におもてなし **和風春巻き・中華おこわ** 講師: 橋岡 昌子先生

旭まちづくり夢工房で毎月第4日曜に駅前商店街に屋台を出店。  
商店街ににぎわいを! と活動中。おいしいオツマミが大好評です。

9/12

**プルコギピザ** 生地から作るボリューム満点ピザ 講師: 市川 昌子先生

フードコーディネータ。旭町公民館では防災講座の非常食、子供料理教室  
など幅広い年代を指導。簡単・美味しい料理がお得意です。

<参加費> 2回 2,000円

試食 発泡酒1本付

対象: 蕨市在住、在勤の成人男性 (初心者大歓迎) 定員 16名 (先着順)

※託児はありません。お子様の同伴はご遠慮ください。

場所: **旭町公民館** 蕨駅西口 徒歩3分 TEL 4 3 2 - 4 0 5 3

持物: エプロン、三角巾(バンダナ)、ふきん2枚、砥石(持っている人)

**ご注意ください!!** 調理器具はIHクッキングヒーターです。医療用ペースメーカーなどをお使いの方は医師にご相談ください。IHクッキングヒーターの動作が、医療用ペースメーカーに影響を与えることがあります。



蕨駅西口公共施設くるる 旭町公民館事業 自分を磨くユトリ講座

「ワークライフバランス」仕事・家庭・自分のやりたいことのバランスとれていますか?

大人のための豊かな時間と支え合う学習縁づくりを目指す講座です。