

## —男性の為の料理教室—

佐鳴台地区社会福祉協議会主催の男性向けの料理教室が、3月中の毎週火曜日に公民館で開催されています。まずは、3月6日と13日の様子をお知らせしましょう。

講師の山本マリ子先生は、浜松フリー管理栄養士の会に所属する管理栄養士で、参加した男性群は先生から懇切丁寧な指導を受けたうえで、調理に挑戦していました。調理するメニューは、和風、中華風、洋食風など毎週変わるので、いろいろと楽しみつつ学べます。「定年退職後の男性が調理を経験すると、記憶力や推測力が向上する」と東北大の川島教授も中日新聞に書かれています。今回参加できなかった方々も、次回には挑戦してみましょう。

(H19.03 編集子)



先生の説明を先ず聞いて、



調理に取り掛かる



調理に夢中



作品



自作の料理に舌鼓