

# 男性の皆様にお知らせです！！

地域にはたくさんのクラブ活動や自主グループ、サロンなど集いの場がありますが、参加者は女性が大半であるところも多い為、男性の皆様からは女性たちの輪に入りづらい…。仕事で忙しかったので地域に知り合いがない…。女性に交じて今から新しいことを始めるのは不安…。そんな声をよく耳にします。ですので今回は男性限定!の料理教室をご紹介します。どちらのグループも素敵な取り組みをされていますので、お気軽にお問合せ下さい。

## 小川地域 「男のごはん」 たすけあい小川交流スペースにて

先生と男性 20 数名で毎回違う料理を作り続け、なんと 10 年 100 回を超える活動をされている団体です。新規メンバーも随時加入!

代表の渡邊様にお話しをお伺いしたところ…

男のごはんに参加することで

- ・奥さんから感謝される。見直される。
- ・話しを聞いてくれる仲間がいる
- ・食事のあとのミーティングで、日頃言いたいこと、旅行の話やちょっと自慢したいことなど聞いてくれる仲間がいる
- ・会費に余裕があるので、事あるごとに、一杯やって、大いに語ります
- などなど、料理が作れるようになるだけでなく、沢山の“いいこと”があるそうですよ!!



第3金曜  
10:00-12:00  
1回 1000円



## 鶴間地域 「つるま男の料理教室」 鶴間会館にて

こちらも十数名の男性メンバーと先生とで、月1回料理教室を行っています。

皆さん手慣れた様子で、メニューと手順書を各自で見ながら、どんどんと作業を進めていきます。

取材日に作っていたのは、中華風炊き込みごはん、ちくわときゅうりの合わせ、シュウマイ、中華スープとなんともおいしそうなメニュー!

先生は見守りに徹し、男性参加者たちが率先して役割分担をし、流れ作業をし、素晴らしい作業効率でした。笑顔が多く、みんな生き生き。

毎月のお料理を楽しみにされているそうです。



第3水曜  
9:00-12:00  
1回 1000円

