

# 男の腕まくり

## ～そば打ちと調理にチャレンジ！！～

### 第1回 「調理の基本に挑戦！！」

～夏向けのコースメニューで、栄養面や、調理の基本を  
学びながら、作った料理を食しましょう。

(指導：藤沢市食生活改善推進団体四葉会)

★9月7日(土)午前10時～午後2時



### 第2回 「そば打ちに挑戦！！」

～男のロマン、自分でそばを打ち、打ちたてのそばを  
皆で食しましょう。(指導：手打ちそばの会)

★9月14日(土)午前10時～午後2時

◆対象 成人男性 16人(抽選～初めての方優先)  
(市内在住又は在勤で、2日間とも参加できる方)

◆費用 材料代として 1,400円(700円×2回)

◆申込み 8月1日(木)から、8月20日(火)まで  
電話、来館、電子申請のいずれかで  
※結果は、8月22日以降、はがきでお知らせします

#### <電話・来館>

平日、午前9時から午後5時まで  
明治公民館へ  
0466-34-5660

#### <電子申請>

藤沢市HPか、右の二次元コード  
明治公民館事業案内から  
お申込みください

