



自主グループ紹介(3)



慣れた手つきで「トントン」包丁を振る藤本 好司さん (松陽台)

まったくの未経験者でも大丈夫ですよ。

倉橋、竹原両先生の指導のもと、味噌汁やカツオのたたき、魚の三枚おろし、天ぷら、お寿司などはもちろん、スパアリブのから揚げ、そば打ちなど幅広い料理をわきあいあいと楽しんでいきます。包丁の研ぎ方までしっかりと身につけていきます。

【男爵クラブ】

- ▽活動内容：男性専科料理教室
- ▽活動日：毎月第3金曜日
- ▽メンバー：10名

■代表・西羅 英明さんの話：料理のパートナーを増やして

奥様やご家族を驚かせてみませんかーこんなキャッチフレーズで活動しています。

倉橋、竹原両先生の指導の



竹原 和 さん (左) にアジの揚げ方を親しく教わる乾 義則さん



倉橋 俊朗さん (左) から酢の割合を教わる伊藤 卓也さん (西登美ヶ丘)

老舗旅亭の厨房をあずかっていた倉橋 俊朗さん (専門調理師) : 今日のお寿司飯作りでは、酢、砂糖、塩の割合を覚えることが大事。料理もまた、「慣れ」ですね。調理師の資格も有する竹原 和さん (管理栄養士) : 今日は、夏バテ防止のために「ビタミン」とミネラルの効用について話しました。男性ばかりですが、みなさん違和感なく取り組まれていますよ。



熱心に指導を受ける木村 春子さん (百楽園)



もっと早くに出会いたかったという声が多いという笹田 裕子さん

会長・木下 忠彦さんの話：「らくらくピアノサークル」活動内容：キーボード・ピアノ
活動日：第1・3水曜日
メンバー：5名

【らくらくピアノサークル】

- ▽活動内容：キーボード・ピアノ
- ▽活動日：第1・3水曜日
- ▽メンバー：5名

で、1級認定講師の笹田 裕子先生 (百楽園) の指導を受けて

文字通の楽しくレッスンを受けています。生まれて初めてピアノに触れる人も多く、私こそ一人ですが、今やチャイコフスキーの「白鳥の湖」に挑戦しています。物怖じせず何かに挑む心が生きる活性化につながっています。ぜひ皆さんも…

