

さがけ！男の料理塾  
卒業生のつどい  
**だいどころ倶楽部**  
活動報告 R8年度第2回

日 程：令和8年8月25日(火)

天 気：晴れ☀

会 場：内郷公民館 調理実習室

参加人数：13名（ボランティア参加者8名）

こんなことをやります！

みんなで集まって簡単な昼食を  
作ります！（ご飯、みそ汁など）

作った料理は会食をしながら、  
参加者同士の交流を行います！

卒業生が自主的に集まって行う  
活動を応援します！

● 本日の実施内容 ●  
調理の様子



完成した料理

- ・ごはん
- ・（自家製神谷ナスの）麻婆ナス
- ・きゅうりとひき肉のオイスター炒め
- ・ズッキーニとちくわの和えもの  
（粒マスタード入り）
- ・大葉とねぎのかきたま中華スープ



ボランティアの方よりたくさんの  
食材の提供ありがとうございました

8月上旬に開催した同窓会で参加した方が多く参加されました。提供いただいたズッキーニは同窓会で  
作成した味付けを実践！自家製のナスを使った麻婆ナスは、家では作らない量のナスとひき肉を炒める  
作業に驚き！たっぷりの唐辛子でピリ辛な味付けになり、汗をかきながらおいしくいただきました◎

次回は 令和8年10月27日 開催予定！

作成：地域包括ケア推進課

☎ 27 - 8575