

# さきがけ! 男の料理塾 塾生募集

料理塾では、自ら楽しんで調理できるようになることや、仲間との交流を通じた「新たなつながりづくり」を大切にしています。栄養バランスを考えた献立作成から材料購入、調理まで一連の流れを仲間とともに学んでみませんか?調理経験がなくても大丈夫!基本から丁寧にお伝えします。

## 令和8年度 第1コース

**会 場** 総合保健福祉センター 3階  
栄養指導室  
(内郷高坂町四方木田191)

**日 程** 毎週水曜日  
9月2日、9月9日、9月16日、  
9月30日、10月7日、10月14日、  
10月21日、10月28日(全8回)

**募集期間** 7月21日(火)～※先着順

**募集人数** 12名

日程や会場は都合により変更となる可能性があります。予めご了承ください。

### 対象者

いわき市在住の65歳以上の男性  
(受講経験のない方)

### 時 間

午前10時～午後1時 ※第7回は正午まで

### 講 師

管理栄養士・歯科衛生士

### 参加費

食材料費として

4,000円

※第8回は別途費用がかかります



過去の実施状況や  
募集については市HPから!



お問い合わせ・申込み

いわき市地域包括ケア推進課  
TEL:0246-27-8575