

男子厨房に入る！ カンタン男飯入門

人生 100 年時代に向けて、
妻の介護が必要になった時や
1 人になった時に備えるために、
初心者でも簡単に美味しくできる
家庭料理を学んでみませんか。
講師は、アイセルで活動する
男性料理サークル『おやじの料理』の
講師・田森稔浩さん。

料理初心者の男性、大歓迎！
ご参加お待ちしております。



- 日 時 2020 年 9 月 3 日 (木) 10:00~13:00
- 対 象 50 歳以上の男性 12 人
- 参 加 費 1,000 円 (材料費として)
- 講 師 田森 稔浩さん (管理栄養士・調理師)
- 会 場 静岡市女性会館 (アイセル 21) 2 階 食工房
- 申込方法 2020 年 8 月 5 日 (水) の 10:00 より電話またはホームページで受付 (申込順)
持ち物等詳細は、後日受講票にてお知らせします。

TEL 054-248-7330 ホームページ <https://aicel21.jp/>

※今後のコロナウイルス感染拡大の状況によって、調理室の利用・実習が難しい場合は、
内容を変更、または延期する場合があります。



主催：静岡市女性会館 〒420-0865 静岡市葵区東草深町 3-18

指定管理者 NPO 法人男女共同参画フォーラムしずおか

TEL 054-248-7330 ホームページ <https://aicel21.jp/>

■ 講師 田森 稔浩(たもり としひろ)さん プロフィール

1976 年生まれ。管理栄養士・調理師・介護食士 2 級。公益社団法人静岡県
栄養士会理事。

長年、介護の現場にて、摂食嚥下に関する食事作りや高齢者の栄養管理、
また在宅での食事の摂り方の指導に携わる。

特別養護老人ホーム勤務時は、最後の時を楽しく食べられるような取り組み、
家族のケアなどにも取り組む。

現在、勤務するデイサービスでは、要介護前後の人に食事を楽しんで生きる
活力にしよう、低栄養にならないような栄養の知識啓発運動や地域の方
への弁当の提供、スマートミール認証の取得(健康的な食事の認証)に組み
合っている。また月 1 回、アイセルで活動する男性料理サークル『おやじの料理』
の講師としても活躍。男性が 1 人になった時に食事の支度が自分で出来るよ
うに料理指導を行う。



■ 申込方法

8月5日(水) 10:00 から、電話かホームページでお申し込みください(申込順)。

※今回の募集で収集した個人情報は、本講座受講管理業務および講座案内にのみ利用させていただきます。

TEL 054-248-7330

ホームページ <https://aicel21.jp/>



①氏名 ②生年 ③電話番号 ④郵便番号・住所

※持ち物等を明記した受講票を後日お送りします。

■ 会場

静岡市女性会館 (アイセル 21)

静岡市葵区東草深町 3-18

TEL054-248-7330

交通アクセス

【バス】JR 静岡駅北口 10 番のりば
県立病院高松線「アイセル 21」下車
所要時間:10~15 分

【徒歩】JR 静岡駅より 30 分
静鉄 新静岡駅より 20 分
静鉄 日吉町駅より 15 分

※駐車場は台数に限りがありますので、できるだけ
公共交通機関をご利用ください。

