

## 平成29年度 ボランティア講座「クッキング男塾！」を開催しました！

平成30年2月14日（水）、中津市社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター主催で小楠コミュニティセンターにてボランティア講座を開催しました。この講座は、男性がボランティアをはじめとした地域の活動に関わるきっかけづくりや仲間づくりに繋がることを目的としており、当日は20名の参加がありました。

講師は、東九州短期大学の木下 美千代先生、当日のサポートとして村沢 一恵さんをお招きし、約一時間で5品を調理しました。皆さん、野菜の切り方や作る手順に戸惑いつつも、お互い声をかけあって和気あいあいとした雰囲気の中で調理をされ、料理を完成されました。

調理後は、会話を楽しみながら食事をされ、講師の先生から栄養面や調理時のポイントを解説いただきました。

男性を対象としたボランティア講座は今回初めての試みでしたが、参加者の皆さまより次回の開催希望のお声をいただきましたので、今後も地域の活動への参加につながるような試みに取り組んでいきたいと思っております。

### メニュー

- ①温野菜
- ②さばの味噌煮
- ③ポトフ
- ④ポークカレー
- ⑤温玉

