

男の料理クラブ（後期） 受講生募集



「手軽に作れる家庭料理」、
「男性が作れたらカッコいい料理」
を学べる2コースをご準備しました。
家庭料理の意外と知らない基礎知識や、
ちょっとしたコツで一味違った仕上がりになる
テクニックなど、料理のプロが教えます。

講師：学校法人 食糧学院

【開催スケジュール】

コース名	時間	日程
男の家庭料理	10:00～12:00	令和8年 11月10日・12月15日 令和9年 1月19日・2月9日・3月16日 (全5回・火曜日)
男のごちそう料理	13:30～15:30	



【コース内容】

回	男の家庭料理コース	男のごちそう料理コース
1	豚の生姜焼き ポテトサラダ	餃子 スープ
2	和風スパゲティ オムレツ	ピザ スープ
3	ハンバーグ 人参サラダ	太巻き祭り寿司 お吸い物
4	スパイスから作るカレー	スパイスから作るカレー
5	炊き込みご飯 かぼちゃのそぼろ煮 お吸い物	おつまみ3種 だし巻き卵 カルパッチョ 大人のポテトサラダ



(応募方法など詳細は裏面をご覧ください)



令和8年度 渋谷ハチコウ大学クラブ活動 男の料理クラブ（後期）

対 象	区内在住で60歳以上の人（令和9年3月31日時点）
定 員	各コース12名（応募者多数の場合抽選）
申込方法	①往復はがき または ②WEB応募フォームから
申込締切	令和8年 10月13日（火） 必着
会 場	渋谷区文化総合センター大和田 2階 学習室 5
費 用	5,000円 <u>11月4日以降のキャンセルは教材費をお支払いいただきます。</u>
問 合 せ	渋谷ハチコウ大学クラブ事務局 TEL 03-3464-5171（土日祝を除く9：00～17：00）

※初めて受講される方を優先させていただきます。

※お申込時に記載された内容は、個人情報の保護に関する法律に基づき、本講座のみに使用し、使用後は破棄します。

※マスクの着用は任意となっております。

①往復ハガキでの申込

85 郵便往復はがき 1500031 往信 渋谷ハチコウ大学クラブ事務局 渋谷区桜丘町23-21 文化総合センター大和田2階	何も書かないでください	85 郵便往復はがき □□□□□□ 返信 あなたの名前 あなたの住所	渋谷ハチコウ大学クラブ活動 男の料理クラブ 後期 申込 (1) コース名・時間 ※重複受講はできません (2) 氏名（ふりがな） (3) 郵便番号 (4) 住所 (5) 生年月日 (6) 年齢 (7) 電話番号
--	-------------	---	--

②WEB応募フォームから申込



◀ 左記QRコードを読み込んで、応募フォームから必要事項を入力の上、お申し込みください。

※抽選の結果は、メールにて送信いたします。

シブカツHPから講座への申込み方法

- ① シブカツのメニューで「まなぶ」をクリック
- ② 「渋谷ハチコウ大学クラブ活動」をクリック
- ③ 募集中の講座が表示されます



シブカツ イベント・セミナー
イベントセミナー：
渋谷ハチコウ大学クラブ活動