

さきがけ！男の料理塾
卒業生のつどい
だいどころ倶楽部
活動報告 R7年度第1回

日 程：令和7年6月24日(火)

天 気：雨のち曇り☔

会 場：内郷公民館 調理実習室

参加人数：16名（ボランティア参加者14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

- ・サンチュとにんにく入り
ひき肉チャーハン
- ・カレーライス（オーブン焼きにんにく入り）
- ・肉じゃが ・ポテトサラダ
- ・玉ねぎステーキ
- ・紫玉ねぎのマリネ ・びわ



ボランティア・参加者よりたくさんの食材の提供ありがとうございました

今回初めて参加の方も多くいましたが、力を合わせて時間内に完成！ご自宅で採れたじゃが芋と玉ねぎを贅沢に使った料理になりました！ 家では料理しないという方も楽しんで参加されていた様子です！
また、12月に開催を予定している「さきがけ食堂」についても説明をさせていただきました。

次回は 令和 7年 8月26日（火）開催

作成：地域包括ケア推進課

☎ 27 - 8575