

# シニアの生きがいづくり講座

## ～ただ今、その技習得中！（そば打ち編）～

日本を代表する料理として知られている「そば」、普段はお店で食べている「そば」。じっくりと時間をかけて自らの手で打ったおいしい手打ちそばを、家族や友人に振る舞ってみませんか。

未経験者の人、もっと上手に打ちたい人、大歓迎！

**日 程** 11月26日（金）または11月27日（土）

※いずれか1日

**時 間** 午前10時～午後1時

**場 所** 亀岡市総合福祉センター

3階料理実習室

**受講料** 無料

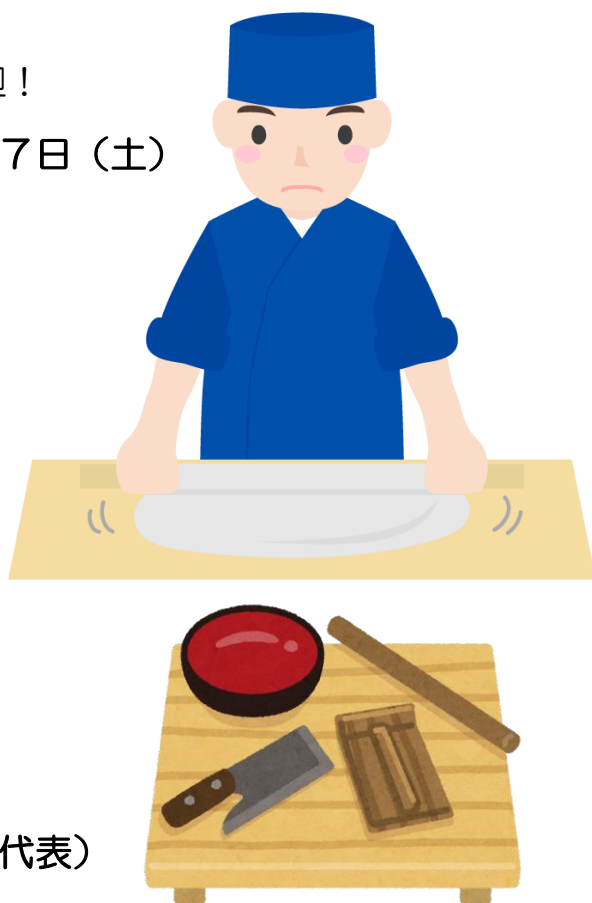
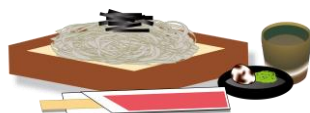
**定 員** 各5人（先着順）

**材料費** 1,500円 ※試食あり

**講 師** 西村 文夫さん（蕎麦さろん「極」代表）

**対象者** 市内在住の60歳以上（申込時）の人

**持ち物** エプロン、三角巾、持ち帰り用容器（25cm×20cm×5cm程度）、空のペットボトル（200ml程度入るもの）、お手拭きタオル、筆記用具、マスク



### 申込み・問合せ

11月10日（水）午前9時から来館または電話・FAXで先着順にて受付。  
亀岡市中央老人福祉センターへ〔総合福祉センター内（午前9時～午後9時）火曜日・祝日は休館、日曜日は午後5時まで〕 TEL 24-0294 FAX 24-3071