

夫婦の家事参加と、家族が笑顔になるための
家事シェアの実践として、「お料理」に挑戦してみませんか？
初心者大歓迎です！



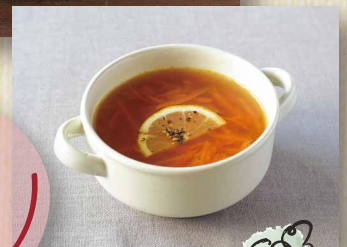
みんなの
笑顔につながる
家事分担事業

夫婦の料理教室



-Menu-

- ◆包丁なし！王道ハンバーグ
- ◆しりしりにんじんのスープ
- ◆ポテトサラダ



ほんだ いち
本田ようーさんに
まな かんたん つく
学ぶ、簡単に作れる
きほん
基本のレシピ。

※写真は当日予定しているメニューです。

11/1 土

10:00～13:00

会場

白河市産業プラザ
人材育成センター

定員

6組12名 ※申込多数の場合は抽選とさせていただきます。

参加費

無料

資格

市内在住または
市内在勤のご夫婦
(託児希望の方はお申出ください)

※当日の様子は市の広報等で使用いたします。



ほんだ いち
本田 ようーさん

1983年生まれ。
福島県泉崎村出身。高校を卒業した後、栄養士の専門
学校に進み、栄養士の免許を取得。卒業後は独学で、
料理写真を学び、フリーカメラマンに。
2006年からは料理家として仕事を開始。野菜をたっぷり
使い、素材の味を活かしたレシピを得意とし、家族
みんなで楽しめる味付けに定評がある。

現在は料理家として食べてくれる人にやさしく。作ってくれる人にもやさしくをモットーと
している。あったかふくしま観光交流大使として活動中。

申込方法【受付期限 10/20まで】



こちらの
二次元コード、
または、電話にて
お申込みください。

参加者には
白河市健康ポイント
プレゼント！

主催 白河市 市長公室 文化スポーツ局 生涯学習課 ☎0248(28)5542(直通)