

ちょっとお洒落なおとこの簡単料理講座

日時：令和6年2月10日（土）10:00~15:00

場所：屋部地区センター調理室・多目的スペース

対象：一般（18歳以上～） 申し込み8名(1名キャンセル)

講師：岸本 大和 氏 株式会社すかい21飲食事業部統括料理

参加者について

60歳～69歳	6
70歳以上	1

希望時間帯

10時～12時	5
13時～15時	1
回答なし	1

お住まいの地域

許田	1
喜瀬	2
伊差川	3
宮里	1

性別

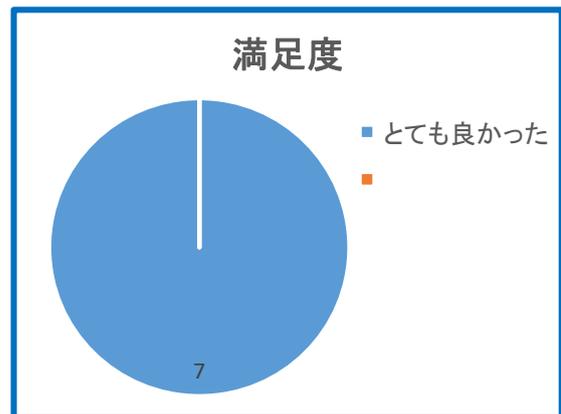
男	3
女	4

開催希望曜日

土曜日	4
土・日	2
回答なし	1

何で知りましたか

チラシ・ポスター	2
家族・知人	4
その他 (第4民児協の会議)	1



【講座終了後大人アンケートより】7人回収

◎講座を受講しての感想・意見等がありましたらお書き下さい。

- ・毎回、公民館講座に参加するのが楽しみです。講座を通していろんな方々と出逢うことができ、毎週でもやって欲しいです。参加するたびに新しい発見があり生活の一部になってます。ありがとうございました。
- ・大変分かりやすく、家庭でも料理しようと考えました。家庭でのいろいろな食材を利用できるので楽しく、美味しく、無駄なく、これからも続けていきたい料理講座です。
- ・非常に勉強になりました。家庭でも是非作ってみたいと思いました。ありがとうございました。
- ・普段作らないお料理が学べてとても良かったです。やはりプロは違いますね！家に帰って作ってみたいです。レパートリーが増えて嬉しいです。ありがとうございました。
- ・簡単に作れる料理を習ってとても嬉しいです。もっと違う料理を教えて欲しいです。
- ・最高に満足してます。年に2,3回の講座お願いします。調味料、おなべの素材たくさんの事を教えて頂き感謝です。
- ・とても良かったです。栄養効果も教えてもらえて…満足です。(調味料&お鍋等のこと)



◎次に希望する講座について、ご意見がありましたらお書きください。

- ・ペルー料理
- ・園芸 草花の育て方、剪定の仕方
- ・発酵料理お願いします。
- ・くばの葉工作、料理教室



←講師自己紹介

後片付けも簡単に。
玉ねぎ、大根の皮も捨てずに
黄金スープ(逆ロールキャベツ
カルボナーラの麺湯がきに)
食材を活かして美味しく調理
SDGs(12・14・15目標)



男性の参加者さんも習いながら…包丁使います。
ジャガイモガレット調理、フライパンでひっくり返し!



※ 逆ロールキャベツ、冷製カルボナーラ
講師から作り方を学びます。皆さん真剣に聴き
ながらメモにもチェック!!

★担当所見

オシャレで簡単にできる料理を講師を囲みながら
質問(ゆんたく)しながら学びました。
気さくな講師の教えに方に、参加者の皆さん
とても楽しい雰囲気にもまれて、調理室からの
眺めのいい景色に気持ちよく講座がすすみました。



アシスタントの岸本氏から缶詰を使った料理、パスタ麺をその
まま透明なビニール袋に入れて3時間置き水を切り
(普通に湯がいたパスタと同じようになる)
缶詰と炒めて簡単焼きそば風(防災食)と無限キャベツを学びました
また、残った食材を利用して簡単スープ、大きなオムレツも
講師が調理して残す食材なく、美味しい料理を頂きました。
笑顔いっぱい学びの多い講座になりました。

□ 令和5年度 名護中央公民館講座

ちょっとお洒落なおとこの簡単料理講座

講師：岸本 大和 氏

日：令和6年2月10日（土）10：00～15：00

場所：屋部地区センター調理室・多目的スペース

対象：一般（18歳以上～）

講師：岸本 大和 氏 株式会社すかい21飲食事業部統括料理長

大人 13人

満足度

とても良かった

7

何で知りましたか

チラシ・ポスター

2

家族・知人

4

その他

1

（第4民児協の会議）

【講座終了後大人アンケートより】7人回复

◎講座を受講しての感想・意見等がありましたらお書き下さい。

- ・毎回、公民館講座に参加するのが楽しみです・
講座を通していろんな方々と出逢うことができ、毎週でもやって欲しいです。
参加するたびに新しい発見があり生活の一部になってます。
ありがとうございました。
- ・大変分かりやすく、家庭でも料理しようと考えました。
家庭でのいろいろな食材を利用できるので楽しく、美味しく、無駄なくて
これからも続けていきたい料理講座です。
- ・非常に勉強になりました。
家庭でも是非作ってみたいと思いました。ありがとうございます。
- ・普段作らないお料理が学べてとても良かったです。
やはりプロは違いますね！家に帰って作ってみたいです。
レポートリーが増えて嬉しいです。ありがとうございました。
- ・簡単に作れる料理を習ってとても嬉しいです。
もっと違う料理を教えて欲しいです。
- ・最高に満足してます。年に2,3回の講座お願いします。
調味料、おなべの素材たくさんの事を教えて頂き感謝です。
- ・とても良かったです。栄養効果も教えてもらえて…満足です。
(調味料&お鍋等のこと)

性別

男

3

女

4

開催希望曜日

土曜日

4

土・日

2

回答なし

1

希望時間帯

10時～12時

5

13時～15時

1

回答なし

1

◎次に希望する講座について、ご意見がありましたらお書きください。

- ・ペルー料理
- ・園芸 草花の育て方、剪定の仕方
- ・発酵料理お願いします。
- ・くばの葉工作、料理教室

お住まいの地域

許田

1

喜瀬

2

伊差川

3

宮里

1