



## 男性料理の会・手稲



▲調理実習を終えた会員の皆さん、エプロン姿が決まっています  
(前列右端が会長の上田満明さん、後列右から4人目が岡戸祥行さん)



▲楽しく、かつ真剣に調理します  
(上) きれいに盛り付けます(下)

平成18年度に保健センターで行われた「男性の料理教室」。この講座を受講し、意気投合した5人で結成されたのが、「男性料理の会・手稲」です。現在、会員は16人にまで増え、月に1度区民センターで料理の腕を磨いています。「凝った料理ではなく、家庭の味を学んでいます。当日学んだことを自宅で復習したりと、みんな熱心に取り組んでいますよ」と語るのは会長の上田さん。「食を通じた健康」をテーマにする同会では、1食当たり約500キロカロリーのヘルシー料理を作っています。事務局を務める岡戸さんは「会員の多くが60代なので、健康を保つためにカロリーを抑えた献立を学び、普段の食生活も見直したいと思っています」とその理由を語ります。また、料理だけでなく会員同士の交流も大切にしている同会。調理中は皆、集中してしまうため、昨年は終了後にパークゴルフをしたりと料理以外での交流も深めてきました。「今後も、料理の腕を磨きつつ、新しいことにもチャレンジし、活動の幅を広げたい」と岡戸さんは笑顔で語っていました。

編集 手稲区役所総務企画課広聴係

ホームページ「ていねっていいね」<http://www.city.sapporo.jp/teine/>

〒006-8612 札幌市手稲区前田1条11丁目

☎681-2400内線224 FAX681-6639