



## シカゴ日本人会/Mid America Japanese Club

855 E. Golf Road • Suite 2127 • Arlington Heights, IL 60005

847-593-1633 • [info@japaneseclub.org](mailto:info@japaneseclub.org)

[www.japaneseclub.org](http://www.japaneseclub.org)

We are a U.S. 501(c)-3 non-profit charitable organization.

### 料理教室のお知らせ

ご自慢料理作りましょう。 食べましょう!!!  
元気が出る!健康になる!舌がとろける!

皆さんそれぞれご自慢の料理を作り合い、教え教わり合いながら  
楽しく食べ合いましょう。

#### 料理する人:

煮物、焼き物、揚げ物、鍋物等なんでもご自分のご自慢の料理を作り合う(下作りはして来てください。現地では調理するのみ)。

15~20人が試食できる量をご用意下さい。

作りながら一人10分程度、作り方を皆さんに説明頂く。

軽便コンロ他料理器材は各自ご用意下さい(調理場は大きくないので各自90cm X 90cmのテーブルの上で調理する形となります。キッチンの調理場は交替で使用可能です)。

#### 食い道楽人:

他の人の料理をサンコウに食生活を改善したい人また、作るのは人にまかせて“食べるだけ”の人も参加出来ます。

日時: 3月19日(土) 午前11時~午後3時まで

場所: Gary Morava Recreation Center Room #1  
110 W. Camp McDonald Rd. Prospect Heights, IL 60070  
Phone: 847-394-2848

参加費: : 食道楽人(食べるだけの人): 会員: \$8-/人、非会員: \$10-/人  
料理人: 各自の料理(下作りしてご持参下さい) 材料費5ドル支給

皆様お友達をお誘いの上、是非ご参加下さい。  
参加ご希望者は3月15日までに電話または、メールを下記にお願いします。

幹事: 石井三都子、堀治雄 847-767-0106 (email: mitsuko.ishii@gmail.com)  
森義雄 847-431-0479 (email: moridad@aol.com)