

八木山まちづくりプロジェクト主催

八木山みんなのカフェ

菫家庭料理教室の高橋廣子先生から、旬を感じる食についてお話を伺います。旬な食材を使った簡単に作れる料理、今回はあじの冷や汁を作ります。試食をしながら、楽しくお話しませんか？



日時：8月24日(土) 10:00~12:00

内容：講話「旬のぶれない食」



旬の食材を知り、命を守るからだに良い食事のお話を伺います。

実技「あじの冷や汁」

暑い夏を乗りきる簡単調理を教えてください。

講師：菫家庭料理教室主宰 料理研究家 高橋廣子氏

会場：八木山市民センター 2階会議室兼調理実習室

参加費：ひとり 300円 (材料費として)

※ 当日受付で徴収させていただきます。

持ち物：エプロン・お手拭き

対象・定員：どなたでも 30人(先着)



募集期間：8月22日(木)まで

申込方法：八木山市民センターへ

電話(022-228-1190)又は直接窓口

※ 8月5日(月)・13日(火)は、市民センターはお休みです。

八木山地域包括支援センターに

電話(022-229-0811)で申し込み下さい。

※ 土曜・日曜・祝日はお休みです。



八木山みんなのカフェとは

八木山にお住まいの幅広い世代の人達が交流できる場所として、月1回開催するサロンです。

毎回楽しい催事・企画を体験し、学び・楽しむことを通して、お互いに出会いの場となり、地域のつながりのきっかけとなる、そんな場所になることを目的としています。