

家庭料理教室(ぬか床を作る)

冷蔵庫に収まる容器で、米ぬかを使って自分だけの『ぬか床』を育てます。季節の野菜を漬けて美味しい漬物を食べましょう。容器ごと持ち帰りいただきます。



◎日時 11月20日(土) 13:30~15:00

受付 13:10~

◎会場 浜民公民館 調理室

◎定員 12人 ◎対象 盛岡市の18歳以上の方

◎参加費 1人1,450円(保険料、容器代、材料代)

◎講師 須藤ヒサさん(生活研究グループ代表)

◎持ち物 マスク、エプロン、三角巾

◎申込み 10月23日(土)午前9時から11月6日(土)午後5時の期間に電話又は来館にてお申し込みください。住所、氏名、年齢、性別、電話番号をお伝えください。定員になり次第締め切ります。

尚、受付期日を過ぎてから取消しされた場合、容器、材料の買い取りをお願いする場合がありますのでご了承ください。

※参加の方には、浜民公民館で事前に傷害保険に加入させていただきます。申込時にお聞きした個人情報、本講座以外には使用しません。また、講座中に写真撮影をいたします。写真は報告書や広報等に使用することがありますのでご了承ください。

「ぬか床」は一日にしてならず。手間ひまを惜しまず手入れをし「ぬか床」を育てましょう。季節の根菜を漬けて美味しい漬物を楽しみましょう。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止に係るガイドラインに沿って実施します。参加の方にはマスク着用等感染症対策にご協力をお願いします。また、状況によっては講座の日程変更、中止の場合があります。

【申込み・問合せ】

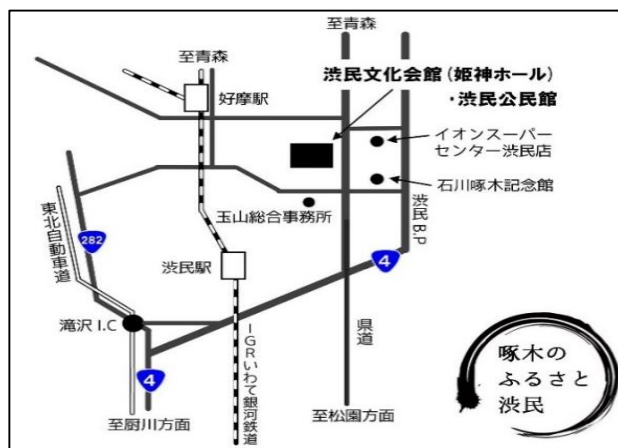
浜民公民館・浜民文化会館(姫神ホール)

☎019-683-2354

〒028-4132 盛岡市浜民字鶴塚55

最新情報はHPでチェック!

<http://www.mfca.jp/himekami/>



【主催】浜民公民館(所管：盛岡市教育委員会)・盛岡市文化振興事業団