



毎週水曜日 主に9:30~12:30(全4回)

市場食堂のランチ付！
※現地集合・現地解散

第1回:10月31日(水)

食材の目利きを学び次回使用する食材を講師と決めます！
『盛岡市中央卸売市場見学ツアー』

第2回:11月 7日(水)

市場見学を活かし皆さんチョイス食材を講師が美味しくアレンジ
『旬食材を美味しくいただく秋冬料理』

第3回:11月14日(水)

様々なシーンに活用できます♡ 自宅で簡単♪盛付けのコツも学べる
『洋風 おもてなしコース料理』

第4回:11月21日(水)

最終回は地産フルーツでお手軽にできちゃう♡ sweets♡
『盛岡産りんごのアップルパイとパンケーキ』

秋の恵みを一緒に美味しくいただきます♪
皆様お気軽にご参加ください！



※写真はイメージです

場 所

都南公民館(キャラホール) 2F 調理実習室 ※10/31のみ盛岡市中央卸売市場
終了予定時間は13時です

講 師

成田 健児 先生 (成田クッキングセミナー主宰)

費 用

3,000円 (受講料・材料費・保険料・初回定食代等含む)

定 員

20名

持 ち 物

筆記用具、エプロン、三角巾、ふきん(台ふき・食器ふき各1枚)、
持ち帰り用タッパー ※初回は筆記用具のみ

お申込み

往復はがきに、①住所、②氏名(ふりがな)、③年齢、④性別、⑤電話番号
をご記入の上、都南公民館「料理教室」宛にお送りください。
※定員を大幅に超えた場合は抽選となります。 10月17日(水)必着。

【お申込み・お問い合わせ】

〒020-0834 盛岡市永井24-10-1 盛岡市都南公民館 ☎019-637-6611

主催:盛岡市文化振興事業団

共催:盛岡市、盛岡市教育委員会