

令和4年度 地域を学ぶ講座

# 今日からできる地産地消！ 碧海5市の食材で作る簡単料理

刈谷・碧南・安城・知立・高浜市で生産された地元食材を取り入れ、お家で手軽にできる料理を作ります。各回異なる地域に着目したレシピに挑戦します。

- ★使用する材料の仕入れ状況により、内容を一部変更する場合があります。
- ★連続講座ではありません。1回だけでも複数回でも申込み可能です。

**講師** 中川美智子氏（栄養士、ココット・ミーコ料理教室 主宰）

**時間** 10:30～12:30

**定員** 各回 10名

**参加費** 各回 1,800円

**対象** 刈谷市内在住・在勤・在学の方

**碧南市編** 10月22日  
(土曜日)

- ・へきなん美人（人参）を使ったパン
- ・地元食材の煮込み料理（ポトフ）

**高浜市編** 11月12日  
(土曜日)

- 郷土料理に挑戦！
- ・とりめし
  - ・瓦菓子
  - ・地元食材を使った芋煮

**刈谷市編** 11月26日  
(土曜日)

- ・千切り大根と合挽肉で作るハンバーグ
- ・ポタージュスープ
- ・米粉シフォンケーキ

**知立市編** 12月3日  
(土曜日)

- ・十五夜もち（もち米）で作るおはぎ
- ・地産大豆のお手製味噌作り

**安城市編** 12月17日  
(土曜日)

- ・地元イチジクで作るクリスマスケーキ～ミニサンタと柵を飾って～

## 申込み方法

9月15日（木）（必着）までに、

ハガキ、あいち電子申請・届出システムまたは総合文化センター1階総合案内にてお申込みください。

ハガキまたは申込用紙に、

- ① 講座名
- ② 受講希望日
- ③ 氏名（フリガナ）・年齢
- ④ 郵便番号・住所
- ⑤ 電話番号
- ⑥ 勤務先等（在勤・在学の方）



QRコードはデンソーウェブの登録商標です。

を記入してお申込みください。

電子申請をご利用の場合は、「あいち電子申請・届出システム」と検索していただくか、右上のQRコードよりお申込みください。

- ★電話・メール・FAXでの申込みはできません。
- ★申込み多数の場合は抽選とし、結果は全員に連絡します。
- ★新型コロナウイルス感染状況により、中止または延期の場合があります。

## ハガキのあて先・お問合せ

〒448-0858 刈谷市若松町 2-104  
刈谷市総合文化センター 指定管理者（KCSN 共同事業体）  
事業担当 TEL：0566-21-7464  
開館時間：9:00～22:00 休館日：毎月第1月曜日  
ホームページ：http://www.kariya.hall-info.jp/

刈谷市総合文化センター **アイリス**  
KARIYA Cultural Center

## 講座受講申込書

センター名	刈谷市総合文化センター (中央生涯学習センター)
講座名	今日からできる地産地消！ 碧海5市の食材で作る簡単料理
受講希望日 ★希望する全ての日程を○で囲んでください。	10/22 · 11/12 · 11/26 · 12/3 · 12/17
フリガナ	
氏名	( 歳)
郵便番号	
住所	
電話	- -
勤務先等	
備考	

※申込書の控えを希望される方は、受付にお申し出ください。  
(郵送の場合はお取扱いできません。)

↑【記載項目の例】上記の内容が必要です。1枚で1名の申込みとなります。