## t いどこ DaidoCoひなた講習会





JAあつぎ本所にあるクッキングスタジオ「DaidoCoひなた」では、 食の安全・安心や健康の大切さを伝えるため、組合員や管内在住 の地域住民を対象に、新鮮な地場農畜産物を使った料理講習会や 加工品づくり、手芸など、さまざまな講習会を開催しています。 初めてでも、お一人でもお気軽にご参加ください!

対象:厚木市・清川村在住の方・JAあつぎ組合員

会場:JAあつぎ本所4階(厚木市水引2-9-2)



### **みんなのよい食プロジェクト ~ニラと新タマネギ~** 4月17日(水)10:00~13:00

旬を迎える『ニラ』『新タマネギ』を使った料理を作ります。 保存方法や栄養についても学びます。

※作った料理はその場で試食し、持ち帰りはございません

持ち物:マスク・エプロン・三角巾・ふきん・筆記用具

講師:野菜ソムリエプロ 安住 裕美 氏

申込締切:4月12日(金) 定員:先着20人

キャンセル料:当日・参加費全額/前日・参加費半額

参加費 組合員 800円 一 般 1100円





- ●MENU●
- ・レンコン入り二ラまんじゅう
- ・ニラと油揚げの煮浸し
- 新タマネギの肉巻きフライ
- 新タマネギの炊き込みご飯

※写真はイメージです

# 疲れないカラダになる! 鉄分料理講習会

4月26日(金)10:00~13:00

新生活が始まり疲れを感じている方も多いのでは? その原因は鉄分不足かも知れません。不足しがちな鉄 分を日々の食事で摂る料理を管理栄養士から学びます。 ※作った料理はその場で試食し、持ち帰りはございません 持ち物:マスク・エプロン・三角巾・ふきん・筆記用具 講師:伊勢原協同病院 管理栄養士 杵淵 香純 氏 申込締切:4月23日(火) 定員:先着20人 キャンセル料:当日・参加費全額/前日・参加費半額

参加費

## 組合員 800円 一般 1100円





■MENU

- あさりとゴボウの炊き込みご飯
- ひじき入りおからサラダ
- ・高野豆腐のはさみ煮
- ・すまし汁

※写真はイメージです

#### ~各講習会共通~お申込にあたっての注意事項

- ・講習会の終了時間は概ねの目安です。進行状況により終了時間は変更になる場合がございます。
- ・ご友人等、一緒に参加される場合でも、お申込は必ずご本人様よりご連絡ください。
- ・受付は先着順となりますので、定員に達しましたら終了となります。
- ・開催3日前の時点で、申し込み人数が一定数に満たない場合や天災や悪天候などにより、講習会内容は変更または中止となる場合がございます。
- ・材料の手配上、予告なく食材や内容を変更させていただく場合がございます。
- ・お申込みをキャンセルする場合は営業時間内(平日の8時30分から17時まで)に必ずご連絡ください。
- ・キャンセル受付日から開催日までの日数に応じてキャンセル料が発生いたします。キャンセル料と発生日は各講座によって異なりますのでご確認願います。
- ・お申込みいただいた個人情報は、DaidoCoひなた講習会および当組合事業に関する内容の情報提供等に使用いたします。・講習会の様子を撮影し、JA広報誌やホームページ等の広報活動に使用させていただく場合がございます。
- ・その他注意事項については、JAあつぎホームページをご確認ください(右記QRコードを読み取るとHPが開きます)

申込先: JAあつぎ組織文化部生活ふれあい課

☎046-221-6881 (平日8時30分~17時)



JAあつぎ ホームページ

※講習会の受付は2月28日(水)からとなります