

郷土のおいしい魅力をさぐる！

「上越の伝統食と文化を探る」



定員
15人

上越地方の発酵文化や産物をいかした伝統食の「知って得する」
活用法を学び、「我が家の味」充実のヒントをつかみましょう。

第1回

7/22
(火)

・「知ってお得」保存食の活用法

会場：カルチャーセンター 料理実習室

集合・解散：9：30～12：00

材料費 1,000円

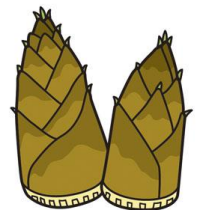
第2回

9/4
(木)

・「乾物」を上手に生かした 「我が家の味！」

会場：カルチャーセンター 料理実習室

集合・解散：9：30～12：00 材料費 1,000円



※材料費は各回ごとに集めます *変更することがあります

こちらからもお申込みできます。

講師

腸活料理研究家
井上 瑞枝さん



参加費：480円（全2回分）*材料費を除く
※受講料+保険料。初回にいただきます。

持ち物：エプロン、マスク、三角巾、筆記用具

定員：15人（申込み多数の場合は抽選）

申込締切り 7月14日（月）まで

・体調が悪い場合は参加をご遠慮ください。また主催者の判断で中止する場合があります。

・講座の様子を撮影し、公民館だより等に掲載させていただくことがあります。

★申込み・問合せ★

有田地区公民館（カルチャーセンター） 担当 小林（公民館主事）

上越市春日新田 2-19-1 電話：025-543-7188（月～金 午前9時～午後4時）