

時短で体と地球に優しい重ね煮クッキング



重ね煮とは、化学調味料や砂糖を使わないで、材料の陰陽を考慮した調理方法。
無農薬の旬の食材を皮つきのまま使うので、ごみも出ません。
基本の重ね煮から様々なレシピが生まれる、目からうろこの調理方法をご紹介します。

日時 令和2年1月23日（木）10：00～13：00

場所 かごしま環境未来館 1階食工房
※11月より駐車場の再整備を行っており、一部使用できない区域があります。駐車場の混雑が予想されますので、できる限り公共交通機関のご利用をお願い致します。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力の程よろしくお願い致します。

講師 石澤 千代子（グリーンズ・キッチンメンバー）

対象 鹿児島市・日置市・いちき串木野市・始良市に住むか
鹿児島市に通勤・通学する18歳以上の人
※リニューアル工事に伴い、1～2月開催講座は託児ができません。ご迷惑をおかけしますが、ご理解の程よろしくお願い致します。

定員 20人（応募者多数の場合は抽選）

受講料 1人700円

準備物 エプロン、三角巾、手拭タオル、筆記用具、飲み物

☆お持ちの方は、かごしまリユースポイントカード（当日作成可）

※申し込み方法等は裏面をご覧ください。

主催 かごしま環境未来館

◆申し込み方法

未来館窓口かホームページの申込フォーム、往復はがき、FAX、Eメールのいずれかに、下記の内容をご記入のうえお申し込みください。(FAXの方は中段の申込書をご利用ください。)

- ①講座名「時短で体と地球に優しい重ね煮クッキング」(1月23日開催)
 - ②郵便番号、住所 ③氏名(ふりがな) ※参加する方全員のお名前・年齢をご記入ください。
 - ④年齢 ⑤連絡先(電話・FAX) ⑥お持ちの方はEメールアドレス
 - ⑦「みらいかん講座・追加募集ご案内メール」の受信希望(Eメールアドレスの記入が必要)
- ※個人情報適切に管理し、講座目的以外には使用いたしません。

申込締切 1月13日(月・祝) 必着

*締め切り後に、当落の通知を差し上げます。

*メールでお申し込みの方は、kouza@kagoshima-miraikan.jpからのメールを受信可能に設定してください。

往復ハガキでお申し込みの方は、到着までに時間がかかる場合があります。ご了承ください。

【時短で体と地球に優しい重ね煮クッキング(1/23)申込書】 FAX 099-806-8000

お名前	(ふりがな) () (歳)
	(ふりがな) () (歳)
	(ふりがな) () (歳)
住所	〒
電話番号	「みらいかん講座・追加募集ご案内メール」の受信希望 <input type="checkbox"/> 希望する <input type="checkbox"/> 希望しない <input type="checkbox"/> 申込済み <input type="checkbox"/> 解除希望
FAX	
Eメール	*定員に空きがある講座の追加募集案内をメールさせていただきます。受信を希望される方は、 kouza@kagoshima-miraikan.jp からのメールを受信可能に設定してください。

◆申し込み・問い合わせ先

〒890-0041

鹿児島市城西2丁目1-5

かごしま環境未来館

担当 おとう しみす 尾堂・清水

TEL 099-806-6600

FAX 099-806-8000

E-mail kouza@kagoshima-miraikan.jp

H P <https://www.kagoshima-miraikan.jp/>

休館日：月曜日

(祝日の場合はその後の最初の平日)

携帯電話・スマホ
からはこちら



◆アクセス方法

最寄りのバス停

新照院、草牟田、原良小前のいずれかの
バス停から徒歩約5分、
城西公園前バス停から徒歩約7分

鹿児島中央駅から

徒歩約20分

上記のバス停までの路線バスあり
コミュニティサイクルかごりんのポートあり

※地球環境保全のため、
公共交通機関利用のご協力お願いいたします。

