

玄米を 食べてみませんか？

講師 山田 リエ子さん

おひさまのお菓子 製菓衛生師 フードコーディネーター



1回目 7月29日(月) 18:00~20:30

- ・食べやすい玄米の炊きかた
- ・乾物を美味しく食べる
- ・デザートのプリン

申込締切
7月20日(土)



2回目 8月26日(月) 18:00~20:30

- ・真向きの玄米の食べかた
- ・冷たくても美味しく、冷やしておけるおかず
- ・野菜のデザート

申込締切
8月17日(土)



3回目 9月9日(月) 18:00~20:30

- ・玄米と相性のよいものと飽きない食べかた
- ・揚げ物のおかず
- ・デザート

中止になりました

申込締切
8月31日(土)

※各回「エプロン・三角巾・保存容器又はお弁当箱」を持参してください

場 所：秋田県ゆとり生活創造センター「遊学舎」食工房

定 員：10名

参加費：1,500円/回（材料費込）

■こちらのQRコードからも
申込ができます
※「講座名・氏名・連絡先」
をご記入ください



【問合せ・申込】

主 催：NPO法人あきたパートナーシップ（遊学舎）

住 所：秋田市上北手荒巻字堺切24-2

TEL 018-829-5801/FAX 018-829-5803

E-mail: yutori@circus.ocn.ne.jp