



平成 23 年度 農林水産省食育実践活動推進事業
 地元のお魚と健康野菜を上手に使って、
 お手軽、簡単なのに栄養バランスの良い
 おいしいご飯。魚を食べて楽しい食卓!!

子育て奮闘中のお母さんのための料理教室



平成 24 年 **2月15日** 水曜日
 10:30-13:00 (受付 10:00)



40 名 申し込み先着順

* お子様同伴につきましては
 お問い合わせください。

- 1 部 食育料理講座
- 2 部 料理実習+試食
 海老(ツノナガチヒロエビ)とキノコの白菜包煮
 ニギスの団子汁 鯛飯



蒲郡市南部市民センター

(竹島遊歩道入り口前)
 蒲郡市竹島町 15-65
 TEL.0533-68-2705



料理材料費の
 一部として **300**円



講座：田口成子 料理研究家

NHK きょうの料理、3分クッキング、雑誌などで魚を中心とした家庭料理を紹介。
 また、2009年より、おさかなマイスターとして、都内の小学校で「骨の授業」
 を開催。次世代の子どもたちに豊かな魚のおいしさを伝えている。主な著書に、
 「魚料理」大泉書店、「切り身魚クッキング」家の光協会などがある

料理：鈴木則子 魚料理研究家(株)プロ・スーパー取締役
 フードアナリスト協会認定フードアナリスト



主催 ■株式会社エンジョイ・フィッシャーマン *このプログラムは農林水産省 平成 23 年度食育実践活動推進事業
 協力 ■東京ガス / (株) RPI 委託事業にて実施しています。

お申し込み FAX. 0533-56-0552 に送信してください。受付後、ご連絡差し上げます。
 お問い合わせは tel.& fax. 0533-56-0552 壁谷

氏名		年齢	
住所			
電話番号			
メールアドレス			
ご連絡方法 (ご希望の連絡方法にチェックの上、番号、アドレスをご記入ください。)			
<input type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> FAX. <input type="checkbox"/> メール			
ご同伴のお子様 <input type="checkbox"/> あり (名) <input type="checkbox"/> 無し * 5歳未満のお子様同伴はご遠慮ください。			

個人情報につきましては厳重に管理され、本事業のデータ分析、ご連絡以外には使用されません。