

～お仕事帰りにちょこっとブラッシュアップ～

みなくる まちの楽校 vol.2

今月のテーマ

『日本の伝統食、発酵食品を学ぶ』



「昔から食べられている発酵食は偶然のたまものだった？」
「飽食の時代なのに栄養不足ってホント？」
発酵食品を上手に摂って「生きること＝食べること」を
見直してみませんか？



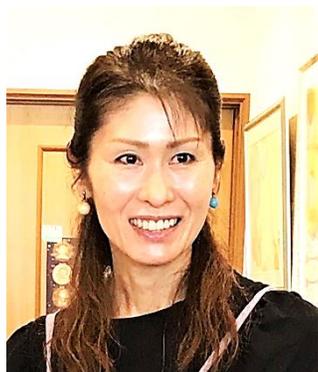
日時:5月20日(火)18:30～20:00

場所:旭区市民活動支援センター「みなくる」

対象:旭区在住、在勤、在学(中学生以下は保護者同伴)

申込:事前に氏名、年代、連絡先を
電話もしくはメールでご連絡ください。

参加無料



ゲストスピーカー 杉野 佳代子さん

2014年から6年間、コミュニティカフェ「ハートフル・ポート」にてキッチンを担当。その後、自宅で料理教室「Kodaキッチン」を開始。誰もが家で実践できる「さしすせそ」を使った料理をテーマに様々なメニューを伝えている。麹士の資格を取得し、自家製麹を使ったお味噌作りやフルーツ酵素作りを実践。

旭区市民活動支援センターみなくるは地域活動やボランティア活動を支援する交流拠点です

【問合せ・申込み】

旭区市民活動支援センター「みなくる」

TEL 045-382-1000 FAX045-382-1005

mail as-manabi@city.yokohama.lg.jp



旭区マスコットキャラクター
「あさひくん」



まちの楽校HP