

常備菜で簡単クッキング

常備菜をアレンジして短時間で簡単クッキング

月 日	内 容	講 師
9月3日	秋野菜等を使って ～メニュー～ ジャが芋スープ、小松菜ナムル、 牛と茄子のオイスターソース炒め、 ささ身ほうれん草辛子和え、ニラと葱のご飯	音遊食遊(リズム・イート) 韓国料理講師 新庄美基代 先生
9月24日	旬の野菜をビニール袋を使って 同時に5品作ろう ～メニュー～ ゆで豚、温野菜サラダ、しらすの卵とじ、 アスパラの白和え、海藻ナムル	キッチン cafe さわ オーナー 佐々野 恭子 先生 7

日 時：令和8年9/3、9/24 木曜日（18：00～20：15）

会 場：(一財)山口県婦人教育文化会館内 山口市働く婦人の家

受 講 料 1,650 円（税込金額）

材 料 費：2,400 円（1,200 円×2 講座）（講師が直接集金）

持 参 品：エフロン、三角巾、マスク

応募締切：令和8年8月27日（木）（消印有効）※1 講座の受講も可

応募方法：往復ハガキまたは窓口、右記の二次元コードより、講座名、住所、氏名、
電話番号、年齢、職業の有無を記入のうえ、お申し込みください。



山口市働く婦人の家・(一財)山口県婦人教育文化会館

〒753-0056 山口市湯田温泉5丁目1-1

TEL 083-921-1929/083-922-2792 FAX 083-932-6417