



手軽にできる美味しい“ごはん”

手軽にできる美味しい“ごはん”を作ってみませんか？

お料理は初めてという方でも安心して気軽にご参加下さい♪

日時：2026.5.21（木） 18:00～20:30 受付 17:45～
場所：江別市都市と農村の交流センター えみくる
講師：Sweets GUPPY 小林 みさき
持ち物：エプロン、三角巾（バンダナなど）、マスク
参加費：4,000円（講習料・材料費込み）



＜実習予定メニュー＞

- ・混ぜ豆ご飯
- ・もやしと挽き肉の煮るだけ
- ・ほうれん草とトマトのサラダ
- ・キャロットケーキ

お申込み方法

お電話、またはFAX、メールにてお申込み下さい。
FAX、メールには「お名前」「ご住所」「ご連絡先」を必ずご記載下さい。
定員は16名で、定員になり次第締め切りとさせていただきます。
最低実施人数：3名 ※3名未満の場合は中止とします。
実施日の3日前を目途にご連絡いたしますのでご了承願います。

交通手段のない方はご相談下さい。

江別市都市と農村の交流センター えみくる
江別市美原1445番地
TEL/FAX 011-384-0285
Email:emikuru.share@gmail.com

