

みんなでつづける食生活みつけ

学び座

みらいの食卓

～バランス食と地消を楽しむ～

見附の料理人と一緒に料理を作りながら
「食べることの大切さ、作ることの楽しさ」を学びませんか。
秋の実りをふんだんに使った、季節の味わいを楽しめる簡単メニューをご紹介します。

2025年9月17日（水）10：00～12：30

メニュー

- ・もち麦ごはん
- ・鮭の紅葉焼き
- ・たこの和風カルパッチョサラダ
- ・秋香る♪きのこの沢煮椀
- ・梨の寒天ゼリー

講師

岩渕 智博さん
会席仕出し魚龍代表
1978年見附市生まれ
2代目として家業を継ぐ



場所

見附市保健福祉センター
2階 集団検診室・調理室

参加費

1,000円

定員

20名（先着）

持ち物

エプロン・三角巾・マスク
布巾3枚・手拭きタオル
筆記用具・飲み物

参加特典
健幸ポイント
50pt

（健幸ポイント参加者のみ）



申込・問合せ

健康福祉課へ電話（61-1370）
もしくはQRコードよりお申し込みください



締切：9/8(月)

※締切後のキャンセルはキャンセル料1,000円を頂戴します

主催：見附市健康福祉課