

「豊海おさかなミュージアム」食育セミナー

第17回さかなパワーを丸ごといかした食事づくり

毎日、何気なくおこなっている食事作りですが、今回はその作業工程についてじっくり皆さんで考えながら作ってみましょう。この料理にはこんな野菜の切り方を、この料理にはこの鍋を、いつどんな作業をしたら効率よく、丁寧な食事作りができるでしょうか？ 食事作り力のさらなるレベルアップにつながる学習会にしたいと思っています。 今が旬のさんま料理を作ります。グループで協力しながらいつも楽しい実習を、もっと楽しく行いましょう！ お待ちしています。

1. 開催日時 平成25年10月8日(火) 10:00~13:00
15分前から受付いたします。
2. 場 所 豊海おさかなミュージアム
〒104-0055 東京都中央区豊海町5-1 豊海センタービル2階 (郵便局のあるビルです)
3. 内 容 ①講義 食事作りの全体像を考えることで食事作り力をアップさせましょう
②実習 PDCA サイクルで調理を組み立てるさんま料理を主菜に
4. 講 師 豊海おさかなミュージアム管理栄養士・さかな丸ごと食育専門講師
高橋 千恵子 氏
5. 参加費 無料
6. 持ち物 筆記用具、エプロン、ハンドタオル、三角巾(バンダナ)、スリッパ
※以前当セミナーに参加された方は、「さかな丸ごと探検ノート」と「さかな丸ごと食育サポーターカード」をご持参ください。
7. 申込方法 申込書に記入の上、下記宛にFAXまたはメールで送ってください。
電話でも受付いたします。 ※申込書受取後、ご連絡をいたします。

* 参加した人は、NPO法人食生態学実践フォーラムと東京水産振興会がすすめている「さかな丸ごと食育サポーター」の受講カードを受けとることができます。
「さかな丸ごと食育サポーター」となって、身近な人に、探検・発見したさかなパワーを伝えてください！

お問合せ・申込先

一般財団法人 東京水産振興会(担当 木村)

TEL:03-3533-8111

FAX:03-3533-8116

✉アドレス:kimura-tyfish@blue.ocn.ne.jp

とよみ しよくいく
「豊海おさかなミュージアム」食育セミナー
第17回さかなパワーをまるごといかした食事づくり

開催日時 平成25年10月8日(火) 10:00~13:00

氏名 (ふりがな・性別・職業)

(ふりがな・性別・職業)

(ふりがな・性別・職業)

※ふりがな・性別・職業もご記入ください

住所 _____

TEL _____

FAX _____

E-mail _____

※記載頂いた情報はセミナー以外の目的で使用することはありません。

お問合せ・申込先・アクセス

一般財団法人 東京水産振興会 振興部(担当 木村)
TEL:03-3533-8111 / FAX:03-3533-8116
E-mail:kimura-kyfish@blue.ocn.ne.jp
〒104-0055 東京都中央区豊海町5-1 豊海センタービル7階
HP:http://www.suisan-shinkou.or.jp/



「豊海おさかなミュージアム」食育セミナー

第17回さかなパワーを丸ごといかした食事づくり

2013年度後期の「豊海おさかなミュージアム」食育セミナーのスタートです。

さかなは人間にとって良い食べ物なの？ 自分にとってはどんな食べ物でしょう。

さかなを例に、人間と食べ物と環境の関係を見つめ、さかなの良さを考えていけたらと思います。

食事作り実習では、手開きしたいわしを使った主菜料理を作ります。主食、副菜と組み合わせて

さかなパワーを活かしたおいしい食事を整え、参加者みんなで共食しましょう。

1. 開催日時 平成25年10月11日(金) 10:00~13:00
15分前から受付いたします。
2. 場 所 豊海おさかなミュージアム
〒104-0055 東京都中央区豊海町5-1 豊海センタービル2階(郵便局のあるビルです)
3. 内 容 ①講義 さかなと人間と環境はつながっている
②実習 さんまを主菜にした食事づくり
4. 講 師 豊海おさかなミュージアム管理栄養士・さかな丸ごと食育専門講師
高橋 千恵子 氏
5. 参加費 無料
6. 持ち物 筆記用具、エプロン、ハンドタオル、三角巾(バンダナ)、スリッパ
※以前当セミナーに参加された方は、「さかな丸ごと探検ノート」と「さかな丸ごと食育サポーターカード」をご持参ください。
7. 申込方法 皆様、既に申込み済みですので、申込書の送付は必要ございません。

* 参加した人は、NPO法人食生態学実践フォーラムと東京水産振興会がすすめている「さかな丸ごと食育サポーター」の受講カードを受けとることができます。
「さかな丸ごと食育サポーター」となって、身近な人に、探検・発見したさかなパワーを伝えてください!

お問合せ・申込先

一般財団法人 東京水産振興会(担当 木村)

TEL:03-3533-8111

FAX:03-3533-8116

✉アドレス:kimura-tyfish@blue.ocn.ne.jp

とよみ しょくいく
「豊海おさかなミュージアム」食育セミナー
第17回さかなパワーをまるごといかした食事づくり

開催日時 平成25年10月11日(金) 10:00～13:00

氏名 (ふりがな・性別・職業)

(ふりがな・性別・職業)

(ふりがな・性別・職業)

※ふりがな・性別・職業もご記入ください

住所 _____

TEL _____

FAX _____

E-mail _____

※記載頂いた情報はセミナー以外の目的で使用することはありません。

お問合せ・申込先・アクセス

一般財団法人 東京水産振興会 振興部(担当 木村)
TEL:03-3533-8111 / FAX:03-3533-8116
E-mail:kimura-kyfish@blue.ocn.ne.jp
〒104-0055 東京都中央区豊海町5-1 豊海センタービル7階
HP:http://www.suisan-shinkou.or.jp/

