

特別回！ おいしい十和田自炊塾 (料理教室)



参加料無料！

おいしい十和田自炊塾って?? /

一人暮らしに役立つ！簡単に作れる料理が学べる！

十和田市が推進している「弁当の日」を拡大し、自立が近い高校生・大学生等を対象とした料理教室で、十和田のおいしい食材を使用し、地元の食材を知るとともに、自炊力を身につけることで、「食」について考えるための取組です。

“気軽に料理ができるようになりたい”、“おいしいものを食べたい”、“お金を節約しながら健康的に暮らしたい”
そんなみなさん、参加してみませんか??



“新紙幣の顔”となった津田梅子の父 津田仙が日本に普及した西洋野菜の一つ”ブロッコリー”を取り入れます！！

- ・講師 十和田市食生活改善推進員会
- ・対象 本市在住の高校生・大学生等
- ・定員 30名

※申込数が少ない場合は中止となる可能性がございます。ご了承ください。



メインはタラのホイル焼き！

とき

高校生・大学生等

12/21 土

ところ

東コミュニティセンター

(十和田市大字三本木字里ノ沢1-240)

午前10:00～午後1:30まで

- ・申込期間は、R6. 11/19(火)～12/10(火)までです。
参加を希望される方は、QRコード又はメールでお申込みください。
- ・記載事項は、氏名、住所、連絡先、アレルギーについてです。
- ・在籍確認書類(学生証など)の写真も添付してください。

参加申込
QRコード



主催 十和田市 (農林商工部 とわだ産品販売戦略課)
TEL 0176-51-6743 FAX 0176-22-9399
E-mail sanpin@city.towada.lg.jp