

くらしの学校 ～働く人がこころ豊かに～

スパイスワールド&ティーワールド

インドカレーとチャイの教室

峯尾先生
に学ぶ



毎回大人気のインドカレーを作る料理教室を開催します！

代表的なスパイスの特徴や歴史に触れることで、グッと身近で
使いやすい調味料に！インド直送のカレーパウダーを使い、
『スパイスカレー』を作ります。相性ぴったり！ヨーグルトドレッシング
が優しいインドサラダ『ライタ』を添えて楽しめます♪

食後には本場インドの
チャイの入れ方を実習し
試飲いただきます。



開催日時：①2019年9月1日（日）10時30分～12時30分
②2019年9月1日（日）14時30分～16時30分

場 所	横浜市技能文化会館 6階 601料理研修室		
講 師	峯尾 朋子氏 スパイス・ハーブコーディネーター 日本紅茶協会公認ティーアドバイザー		
持 ち 物	エプロン、三角巾、食器用ふきん、手ふき用ふきん		
受 講 料	3,100円（材料費込み）	定 員	各回 16名 ※先着順
申 込 み	電話・E-Mail・FAX・来館にて ※無断でキャンセルをされる場合は次回の受講をお断りする場合があります。		

横浜市技能文化会館

〒231-8575 横浜市中区万代町2-4-7

●JR 関内駅 南口から 徒歩5分

●市営地下鉄 伊勢佐木長者町駅 出口2 から徒歩3分

TEL 045-681-6552

FAX 045-681-6554

（受付時間：平日 9時～17時30分／休館日 第2水曜日）

E-mail gibun@career-rise.co.jp

URL <http://gibun.jp/>

お申込者ご記入欄

電話・E-Mail・FAXでお申込の際は、下記の情報をお伝え下さい。 記入日： 月 日

講 座 名	2019年9月1日（日）開催 インドカレーとチャイの教室 <input type="checkbox"/> 10時30分～ <input type="checkbox"/> 14時30分～		
フリガナ氏名	E-Mail	@	
電話番号	携帯電話番号		
どちらでお知りになりましたか？	当館・当館ホームページ・検索サイト・フェイスブック・インスタグラム・メルマガ市役所・区役所・図書館・地区センター・他施設・新聞・その他()		

「インドカレーとチャイの教室」って？

～講師のご紹介～

峯尾 朋子氏

スパイス・ハーブコーディネーター

日本紅茶協会公認ティーアドバイザー

(株)cocoroba代表

20年間、中・高校で家庭科の教師を務め、食育活動を行う。インドの紅茶産地を巡り、お茶やスパイスに精通。

産地のことや香り、その効能について、実体験も交えながらの幅広い講話、試食をします。



<http://www.cocoroba.biz/>



スタッフからのオススメポイント

- ★古来日本でお馴染みの唐辛子や山椒・胡椒・大葉や生姜に加え、世界で使われているスパイスは350～500種、ハーブは10000を越えるともいわれています。
- ★お料理を引き立て、健康にも良い効能いっぱいのスパイスやハーブの効果的な使い方や楽しみ方が学べます。
- ★楽しいエピソードなども交えて、スパイスやハーブについて多面的にお話しします！
- ★成分分析が進んだ今その健康効果は科学的に立証されており、効果的に摂取すれば健康促進やダイエットにも効果が期待出来ます♪



JR 関内駅南口から徒歩5分
市営地下鉄伊勢佐木長者町駅出口2から徒歩3分

立体駐車場 営業時間8時～22時
収容台数60台

【横浜市技能文化会館 個人情報保護方針】

皆さまからの必要に応じて、情報を収集させていただく場合があります。ただし、個人を特定できる情報を法令に基づくものを除き、本人の同意なく第三者へ提供することはありません。なお、外部委託する際には、個人情報保護水準を十分に満たしていることを条件に選定し、機密保持契約を締結した上で委託いたします。また、本人からの個人情報の利用目的の通知・開示・訂正・追加または削除・利用の停止・消去及び第三者への提供の停止の要請があった場合には、当館で定める所定の手続きに則り速やかに対応いたします。