

# 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

### 新生姜 大葉 茗荷



～スパイスやハーブを使い五感を通してスパイスに親しむ教室です～



6月の講座はスパイス&ハーブです！

『**新生姜 大葉 茗荷**』をテーマに季節の薬味トリオを  
楽しみましょう♪上手に活用すれば健康増進、病気知らずのパワー。

新生姜で「**ジンジャーシロップ**」と「**甘酢漬け**」

赤紫蘇で「**塩もみ赤紫蘇**」と「**赤紫蘇シロップ**」

茗荷で「**甘酢漬け**」と「**茗荷だれ**」の作り方をご紹介します。

実習メニューは、**新生姜の炊き込みご飯、蒸しナスと豚シャブの茗荷だれ、即席しば漬け、ふるふる生姜ゼリー**をお作りいただきます。

**開催日時：6月16日（日）10時30分～13時00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	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](mailto: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	6月16日（日）開催 新生姜 大葉 茗荷 10時30分～13時00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( )		

## 「スパイスワールド&amp;ティーワールド」って？

## ～講師のご紹介～

**峯尾 朋子氏**<http://www.cocoroba.biz/>

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く楽しい講話が魅力的。

心も身体も健康に  
心地よい暮らしを

- ★スパイスの種類やその効能、調理の際の使いこなし術、また生活の中での効果的な使い方や楽しみ方を調理実習しながら学びます。
- ★手軽に作れるお菓子を調理実習し、セレクトしたお茶とともに楽しめます♪お茶はここでしか出会えない！産地直送極上の季節のものをご用意します。
- ★季節に合わせて“リース”“ポマンダー”“サッシェ”等クラフトも楽しめます。
- ★どの教室も季節のスパイス&ハーブを用い“峯尾ワールド”全開でスパイスやハーブそしてティーについて多面的にご紹介します。



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。