



保温調理器作り&省エネ料理教室

保温調理器というものをご存知ですか？加熱した調理鍋を入れると、余熱によって調理してくれる省エネグッズです。ガス代、電気代がお得になり、煮くずれ等の心配もありません♪

今回は、保温調理器作りの講座に加え、保温調理器を使った省エネ料理教室をあわせて開催します！今年の冬は保温調理器を使って美味しくエコに過ごしませんか？

①保温調理器作り

日 時：平成30年12月6日（木）10：00～13：00

場 所：石川県女性センター 2階 研修室1（裏面地図参照）

内 容：3Rのおはなし、保温調理器作り

持ち物：筆記用具、裁縫道具



②省エネ料理教室

日 時：平成30年12月13日（木）10：00～13：00

場 所：石川県女性センター 4階 料理教室（裏面地図参照）

内 容：保温調理器を使った料理教室

持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾、手拭きタオル、ふきん

その他：保温調理器を使って簡単な料理をします♪



保温調理器作り（見本）

対 象：市民20名（①②とも参加できる方）

※定員になり次第締切り

参加費：ひとり 500円（①②あわせて）

講 師：金沢エコライフクラブの皆さん

お申込み・お問合せ

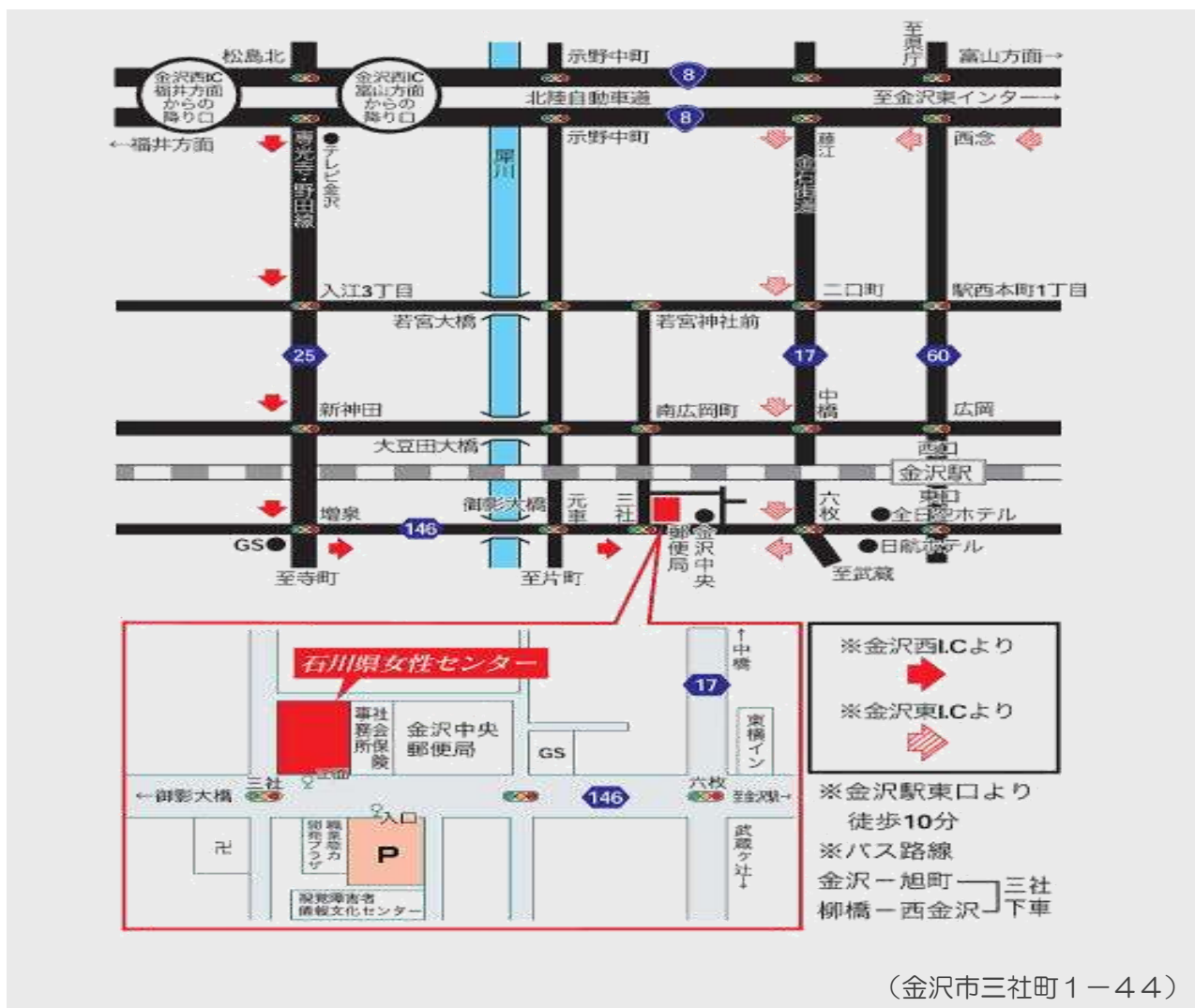
金沢市 環境局 環境政策課 温暖化対策室

〒920-8577 金沢市広坂1-1-1 TEL：220-2507 FAX：261-7755

会場へのアクセスは裏面地図参照

会場の地図

- ① 保温調理器作り：石川県女性センター 2階 研修室1
- ② 省エネ料理教室：石川県女性センター 4階 料理教室



今年は

和風ポトフ ・ ぶり大根 ・ おかゆ ・ 甘酒
を作る予定です♪

去年は、おせち料理を作りました

