令和８年度 いずみワクワク講座（市民講師講座）

保育無料

捨てるなんてもったいない！
青切り不知火(しらぬい)で
ポン酢しょうゆ作り！



和泉市で栽培されている不知火(しらぬい)。甘い不知火を育てるために、間引きされた「青切り」の実を使って、無添加のおいしいポン酢しょうゆを作りましょう。
捨ててしまうのはもったいない！できたてポン酢しょうゆを豆腐にかけて味見、その後は、講師特製の青切り不知火のシロップを入れた紅茶でティータイムを楽しみながら、毎日の食卓がちょっとうれしくなるいろいろな料理レシピ、活用法も教えてもらいます！

①１２月３日(木)（大人のみ参加可）
②１２月６日(日)（大人・親子参加可）

どちらも午後2時~3時４５分 調理実習室（和泉シティプラザ北棟5階）

講師：オレンジママ（食材ソムリエ、古民家などでオレンジを救うSDGs体験ワークショップ主催）

≪定　員≫ 各回１６人（どちらか1回のみ参加可） 市内在住または在勤（学）の人優先
≪参加費≫ 1組1,000円（ポン酢しょうゆ材料費・瓶代 ほか）
≪持ち物≫ レモンしぼり器、計量カップ、エプロン、三角巾、マスク、タオル2枚、持ち帰り用袋
≪申　込≫ １１月 ９日（月）から定員に達するまで電話・FAXにて受付
（午前９時から午後５時１５分　土・日・祝日も可）
≪保　育≫ １歳6か月以上、就学前までのこども（先着順・保育無料）
※保育申込締切日：各回開催日の３日前
≪申込先≫ モアいずみ（和泉市男女共同参画センター）
TEL ０７２５-５７-６６４０ ／ FAX ０７２５-５７-６６４３
※ FAXの場合は、講座名・住所・名前（ふりがな）・電話番号（FAX番号）・保育の有無
保育希望の人は、お子さんの名前（ふりがな）・月齢をご記入ください。

主 催：和泉市（和泉市男女共同参画センター：モアいずみ）
「モアいずみ」は和泉市男女共同参画センターの愛称です。