

参加費  
無料 初心者  
歓迎男性限定！  
簡単調理！  
ほく彩館料理講座どの家庭にもある調味料で簡単・美味しい味付け！  
料理初心者の方にも安心してご参加していただけます。

▽つけもの



▽エビとブロッコリーのマヨ焼き



※写真はイメージです

日時 2026年12/11(金)

11:30 ~ 14:00

対象者 男性限定 初心者も可！

場所 ほく彩館2階（農産物直売所）

※駐車場の割引サービスはありません。  
公共交通機関をご利用ください。

講師 厚生産業株式会社 宮崎 宏之佐 氏

定員 9名 ※お申込み多数の場合は抽選

持ち物 エプロン・三角巾・タオル

メニュー 手羽の塩こうじ鍋  
炊き込みご飯  
エビとブロッコリーのマヨ焼き  
つけもの（持ち帰り）

▽ 応募方法 応募締切日：2026年10月30日（金）

※ 申込結果は11月6日迄に、ご応募いただいた方全員に郵便にてご案内いたします。

① JA大阪北部ホームページ「最新情報」より

<https://www.ja-osakahokubu.or.jp/>

② ほく彩館・最寄りの支店 備え付けの申し込み用紙

HPはQRで簡単アクセス！

