

夏・新そばで楽しむ 蕎麦打ち体験教室



講師：轟そばの会のみなさん

対象 市民 (成人) 24人
材料費 6,000円 (4回分)
蕎麦 二八そば
そば粉400g+つなぎ粉100g
試食 毎回あり
持ち帰り 毎回あり



講座の様子

連続4回 9:30~13:30

毎回全工程を行います。各回、基礎編の項目を特に学びます・・・

第1回	6/23 (土)	実技基礎編：どのようにしたらそばになるか 木鉢作業「水回し、練り」を学ぶ 話題：健康に良いことが 江戸時代から知られていた蕎麦
第2回	7/7 (土)	実技基礎編：延し「地のし、四つ出し、本のし」を学ぶ 話題：血中コレステロール値を改善する蕎麦
第3回	7/21 (土)	実技基礎編：「切り」を学ぶ 話題：母乳に匹敵するほどの 優れた蕎麦の栄養素と栄養バランス
第4回	8/4 (土)	実技総合編：全体を通して「そば打ちの流れをつかむ練習」 話題：脳卒中予防と体内塩分排出させる蕎麦 ：蕎麦と一緒に食べたい食品とは・・・



水回し・練り



延し



切り

★申し込み方法

往復はがき、FAX、E-mail のいずれかの方法で下記まで。

①講座名 ②〒・住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤性別 ⑥電話/FAX番号
・往復はがきの場合は、返信用に宛先を明記の上お申し込みください。

★申し込み先

〒260-0045 千葉市中央区弁天 3-7-7 千葉市生涯学習センター 講座企画担当

電話：043-207-5820 FAX：043-207-5822 E-mail: kouza@chiba-gakushu.jp

HP：http://chiba-gakushu.jp

申込締め切り

6/14(木)



参加申込書
FAX 043-207-5822

講座名：夏・新そばで楽しむ蕎麦打ち体験教室

(ふりがな) 氏名		男・女	年齢
住所 〒 —			
TEL	FAX(ご本人に応募結果をお知らせできるFAX番号)		

■FAXで申込みの方へ■

講座申込みの受理連絡及び応募結果の通知は、上記の“FAX番号欄”に記入された番号に FAXでご連絡いたします。FAX 番号は、自宅などの必ず本人に連絡が届く番号を記入ください。

■FAXまたはE-mailでお申込みの方は、4日を過ぎても申込受理の連絡がない場合は、必ずお問い合わせ下さい。

★申し込み方法

往復はがき、FAXまたはE-mail のいずれかでの方法で下記まで。

講座名 ①「蕎麦打ち体験講座」と記入 ②〒住所 ③氏名(ふりがな)
④年齢 ⑤性別 ⑥電話/FAX番号

☆往復はがきの場合は、返信用に宛先を明記の上お申し込みください。

☆ホームページからも申し込めます。

6月14日(木)
必着

☆申込み 問い合わせ先☆

〒260-0045

千葉市中央区弁天3-7-7

千葉市生涯学習センター講座企画担当

Tel:043-207-5820 Fax:043-207-5822

E-mail:kouza@chiba-gakushu.jp

《交通のご案内》

* JR千葉駅から徒歩8分

* 千葉モノレール千葉公園駅から徒歩5分

