

見ても食べても美味しい、



インスタ映え料理

～築地食材を使って～

いつもの料理もほんの少しのアイデアで「見ても食べても美味しい料理」に！
簡単料理とテーブルコーディネート、“インスタ映え”する写真の撮り方まで学べる講座です。
春らしい彩りの食卓をちょっとオシャレに発信してみませんか？

日 時 3月10日(土)11:00～14:00

場 所 築地社会教育会館

対 象 区内在住・在勤・在学の18歳
以上の女性

定 員 16名(応募者多数場合は抽選)

参加費 2,000円(保険料含む)

締 切 2月26日(月)



*写真はイメージです

<メニュー>

- ・築地市場の海鮮を使った春色押し寿司
- ・海老しんじょのお椀
- ・甘酒プリン(ノンアルコール)

- * 食材調達により変更する場合があります。
- * 原材料に卵、えびを含みます。

<お申し込み・お問い合わせ>

中央区立築地社会教育会館

中央区築地4-15-1

Tel: 03-3542-4801



講師: 島村 真由美
思い切り豊かな人生を送るベースにあるのは健康だ、と一念発起。会社員として働く傍ら、フード&テーブルコーディネーターの資格を取得。自分や大切な人を思わず笑顔にする”見ても食べても美しい料理”を追究している。

主催

中央区立築地社会教育会館

お申し込みから開講までの流れ

下記よりお申し込みください。

■ 築地社会教育会館窓口

※月島・日本橋社会教育会館、アートはるみでもお申し込みいただけます。

※参加費は当日、築地社会教育会館でお支払いください。

■ 電話またはFAX（下記問い合わせ先をご覧ください）

※申し込み多数の場合は**抽選**です。2月26日（月）申し込み締め切り。

※当選の方には2月28日以降、参加証を送付致します。落選された方にはキャンセル待ち順の入ったご案内ハガキを送付致します。

個人情報の取り扱いについて

講座お申し込み時に収集した個人情報について、個人情報の漏えい・流出・不正利用がないよう適正な管理を行い、当館（中央区社会教育会館）が主催する事業以外には使用しません。

また当館が主催する講座や催し物等のご案内をお送りする場合があります。不要な方はお申し出ください。

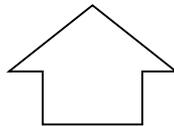
持ち物：スマートフォン、エプロン、三角巾（バンダナ）、手拭きタオル、髪の長い方は髪をまとめるもの、筆記用具、参加費

お問い合わせ先

築地社会教育会館（日比谷線・都営浅草線 東銀座駅 6番出口 徒歩約5分）

〒104-0045 中央区築地 4-15-1 電話 03-3542-4801 FAX 03-3542-3696

築地社会教育会館 宛



FAX：03-3542-3696

見ても食べても美味しい、インスタ映え料理

～築地食材を使って～
参加申し込み書

ふりがな	
お名前	
ご住所	〒
お電話番号	
メモ	（ご希望・ご質問などありましたら、お書き添えください。）