

# 夏のトマト祭り

～美容に健康に～

2024年

8月10日(土)13:30～16:00

トマトの持つ成分リコピンは抗酸化作用があり、美容にも健康にもいいとされています。そのトマトを使ってキーマカレー、トマトドレッシングで食べるトマトサラダなどトマトをたっぷり使った料理を作ります。  
食欲のおちる暑い夏を元気に過ごしたいですね。

会場 築地社会教育会館  
対象 18歳以上  
定員 16名

(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 3,500円

(材料費・保険料込み)

締切 7月28日(日)

【講師】

山本美香

Bari cooking class代表。  
薬食同源の考えを元に料理  
を編み出す料理人。

◆原材料に豚肉、卵を使用します。  
◆料理の一例です。画像はイメージです。

【お申し込み・お問い合わせ】

中央区立築地社会教育会館

〒104-0045中央区築地4-15-1

TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

<https://chuo-shakyo.shopro.co.jp>

右のコードからLINEのお友だち登録できます



【主催 中央区立築地社会教育会館】

## お申し込みから受講までの流れ

### お申し込み方法

築地社会教育会館窓口

※日本橋・月島社会教育会館、アートはるみの窓口でもお申し込みいただけます。

電話またはFAX（下記問い合わせ先をご覧ください）

### 受講のご案内

※7月28日（日）申し込み締め切り。申し込み多数の場合は**抽選**となります。

※当選の方には7月29日（月）以降、参加証を送付いたします。

落選された方にはキャンセル待ちの順番の入った案内ハガキを送付いたします。

※参加費は当日、開催会場でお支払いください。

#### 個人情報の取り扱いについて

講座お申込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。

**\*公共交通機関をご利用ください**

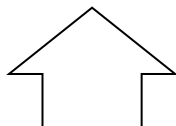
持ち物：エプロン、三角巾（バンダナ）、手拭き用タオル、髪の長い方はまとめるもの、食品用保存タッパー 2個（500ml～600ml）、保冷機能付きバッグ（持ち帰り用）、保冷剤、筆記用具

## 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



F A X : 03 - 3542 - 3696

# 夏のトマト祭り～美容に健康に～ 参加申込書

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）