e-とこ朝日

朝日地域コミュニティ運営委員会だより
（第124号/令和５年８月）

〒916-0141 越前町西田中４丁目501
TEL 0778-34-7771　FAX 0778-34-7772　e-mail etoko.asahi@gmail.com

夏野菜と果物のヘルシージャムづくり教室

旬の野菜や果物をつかって２種類のジャムをつくりましょう。
砂糖の代わりにてんさい糖やはちみつを使って作るので栄養価が高く、身体に優しいです。
先生から栄養を逃さない野菜や果物の加工方法・保存のコツなども教えていただけますよ。

【日　時】８月２５日（金）　午前１０時～１１時３０分
【会　場】越前町生涯学習センター　２階　調理室
【講　師】福岡 繭香 氏（栄養士・野菜ソムリエプロ）
【定　員】１０名
【受講料】５００円（材料代・瓶代）　【締　切】８月17日（木）
【持ち物】エプロン、マスク、三角巾　【共　催】生涯学習課

メニュー

●きゅうりのジャム～はちみつとレモンを使って～
きゅうり+はちみつでほんのりメロン風味に！

●なすとりんごのジャム
煮るとなすとりんごがとっても似ていてどっちがどっち？！
なすの皮を使用し、ほんのり紫色に仕上がります。

伝統文化子ども教室

お花教室

生け花は、自然の草花に触れることで、想像力・発想力・集中力・色彩感覚が養われます。

［開催日］　９月～11月の第２、第４月曜日　午後４時30分～６時
※10月は第２月曜日が祝日のため２日（月）と23日（月）の日程で開催します。
［場　所］　朝日コミュニティセンター（e-とこ朝日）
［対　象］　小学４年生～６年生
［定　員］　先着10名　　［講　師］　池坊　原 洋子 氏
［締　切］　８月22日（火）　　［費　用］　１回700円（お花代）
※花器、剣山その他必要な物はこちらでご用意します。

かごバッグ教室

自分の好きな色で、好きな形で作れます！
先生がついて教えてくれるので、初心者の方でも大丈夫です！

場　所：朝日コミュニティセンター（e-とこ朝日）
対　象：小学５年生以上
持　参：ものさし、メジャー、ハサミ、
　　洗濯バサミ、筆記用具
協　力：清水道代氏、丹羽利江氏、牧野知佳氏

日　程

１回目	８月26日（土）午前10時～12時
２回目	９月16日（土）午前10時～12時
３回目	９月27日（水）午前10時～12時
４回目	10月14日（土）午前10時～12時
５回目	10月28日（土）午前10時～12時
６回目	11月18日（土）午前10時～12時

都合のいい時のみの参加でOK！
※作品によっては１回の教室では完成しません。

※新しいテープを何種類か用意してあります。お好みの色がよろしければ８月18日（金）までに朝日CCにあるカタログよりお選びください。材料費は約1000円で（送料別）、e-とこ朝日でまとめて注文いたします。
お支払いは注文時にお願いいたします。18日までに来られない場合は１回目の教室でお選びください。

裏面もご覧ください。