



オンライン開催

親子^{de}おさかな料理教室

おうち時間
を楽しもう

Zoomで
自宅から
参加

無料!

お魚料理ってハードルが高いと思いませんか？
ヘルシーでエコな国産のお魚を、簡単においしく食べてもらうための料理教室を開催します。
ご家族で料理を作って新たな“おうち時間”を楽しみましょう！

【対象】”簡単お魚料理”に興味がある親子・ご夫婦・カップル
【会場】参加者のご自宅キッチンにて



お母さん目線で
簡単でおいしい
お魚レシピを
ご紹介します

講師:河原美也子氏
(大阪湾研究センター)

簡単!おいしい! お魚料理

オンラインで各ご家庭とキッチンスタジオをつないで料理教室を開催します。
今回は、魚介類の美味しさをご家庭で手軽に楽しんでいただくために、魚庭(なにわ)の海「大阪湾」の新鮮なお魚とレシピをお届けし、親子で一緒にできる調理方法をご紹介します。
事前にみなさまのご自宅に食材を配送、当日はご自宅のキッチンにて調理を行っていただきます。内臓やうろこを処理した旬の魚と海藻類をお送りしますので、料理初心者の方も大歓迎です。ご家族皆様での参加をお待ちしています。



日時 2021.3.27(土)
13:00~16:00

申込み締め切り:2月28日(日)23時59分

～スペシャルゲスト～
Reinaさん(MAX)



～Profile～

4人組ダンスボーカルグループMAXのメンバー。
『TORA TORA TORA』、『Give me a Shake』、『Ride on time』など数々のヒット曲を発表。
現在は3児の母として子育てをしながら、MAXとしての活動とは別にソロイベント【R'z room】を立ち上げ多くのアーティストとコラボをし、活動の幅を広げている。

みなさんと
一緒に魚料理に
挑戦します

定員:20組(家族)
(申込み多数の場合は抽選となります)
※お申込者は全員、当日の様子を後日ご覧いただけます!!

【申込方法】

申込み締め切り:2月28日(日)23時59分

下記の参加申込書内容をご記入の上、必ずE-mail(mari-co@osakawan.or.jp)またはFAX(06-6561-3929)でお申込ください。電話での受付はできません。内容の記入漏れがある場合、受付をお断りさせていただく場合がございます。

※抽選の結果は、3月10日(水)までに申込者全員にご連絡いたします

【応募要項】

- 対象は”簡単お魚料理”に興味がある方です。ただし、小学生以下の子どもだけでの参加はできません。保護者と一緒にお申込ください。また親子だけではなく夫婦・カップル・兄弟・友達などでも参加いただけます。
- 会場はご自宅のキッチンとなります。ご自身の調理道具で調理していただきます。
- 参加費は無料です。但し材料は何人でお申込みいただいても、1組(2名分)の送付となります。
- 受講するにはインターネットに接続できるタブレットか、またはスマートフォンが必要です。またパソコンの場合は、パソコンにカメラが搭載されているか、ウェブカメラが必要です。通信料につきましては、各自ご負担となるため、WI-FI環境が望ましいです。
- 終了後に簡単なWEBアンケートに協力していただきます。
- 食材の発送や料理内容などの詳細は参加が決まり次第お伝えさせていただきます。

【参加申込書】 親子料理教室 河原・吉栖 行き FAX 06-6561-3929

代表者	ふりがな		生年月日・年齢
	氏名		年 月 日 ・ 才
	住所	〒	
	電話番号		e-mail
	携帯番号		
	FAX番号		
			添付ファイルを受取できるアドレスをお書き下さい。
代表者以外の参加者	ふりがな		生年月日・年齢
	氏名		年 月 日 ・ 才
	ふりがな		生年月日・年齢
	氏名		年 月 日 ・ 才
	ふりがな		生年月日・年齢
	氏名		年 月 日 ・ 才
備考			

FAXの方はこの用紙をお使いください。メールの方はこの内容を記載ください。

【お問い合わせ】

NPO法人 大阪湾沿岸域環境創造研究センター
大阪市浪速区幸町3丁目1番10号

TEL : 06-6568-3928 FAX : 06-6561-3929
E-mail : mari-co@osakawan.or.jp

担当:河原
吉栖(よしずみ)