

HYOE I クッキング 2026 年 12 月の予定

(元 兵庫栄養調理製菓専門学校 講師による料理教室)



12 月 3 日 (木)	10 時～ 12 時 30 分 14 時～ 16 時 30 分	日本料理 魚のかす漬けまたは西京漬け ・・・かす床かぬか床を作る お正月に魚を2～3日つけて焼いて食べます 菊花かぶ ・・・焼き魚の前盛りに最適な一品 栗きんとん ・・・さつまいもを柔らかく仕上げる方法で作ります
12 月 9 日 (水)	10 時～ 12 時 30 分 14 時～ 16 時 30 分	基礎から学ぼう きのこのあこわ ・・・たくさんのきのこもち米で もちもちに仕上げます 魚のアラと根菜のかす汁 ・・・冬に体を温めるのにぴったり 根菜を食べて風邪予防に!
12 月 11 日 (金)	16 時～	クリスマスケーキ作り ・・・自分で作りたい人大集合!! スポンジ生地を焼いて生クリームでデコレーション 定番のクリスマスケーキです
12 月 24 日 (木)	10 時～ 12 時 30 分 14 時～ 16 時 30 分	菓 子 ガトーショコラで Xmas ケーキ ・・・ チョコとココアと生クリームの入った15cm のホールケーキ とろつとしたチョコレートのクリーミーな口どけのガトーショコラを焼いて デコレーションはチョコとナッツでお好みに飾りましょう

◇材料を変更する場合があります◇

持 ち 物 : 調理実習を行います、エプロン・三角巾をご持参ください。
原則料理を持ち帰ることはできません。持ち帰られる方は、
ご自身の責任でお持ち帰りください。容器もお持ちください。



参 加 費 : 3,000 円 **クリスマスケーキは 4,000 円** 定 員 : 10 名
【キャンセル料について 5 日前～2 日前まで 1/3・前日半額・当日全額】

お 申 込 み : 実施日の 1 週間前までにお申し込みください。
なお、定員になり次第締め切らせて頂きます。

会 場 **西宮市総合福祉センター** 別館 2 階 料理実習室
(正面玄関入って左側階段 又はエレベーターでお上りください。)

住 所 : 兵庫県西宮市染殿町 8-17

最寄り駅 : 西宮(J R 線)駅[南口]から徒歩約 7 分



兵庫栄養振興会

Tel 0798-81-5616

FAX 0798-81-5617



ふりがな お 名 前	
ご 希 望 日 時 間 帯	
ご連絡先 (電話番号)	
メールアドレス	

兵庫栄養振興会 窓口での受付は 平日 9 時～16 時 30 分

受付日