

# 保存食講座

## (減塩梅干しづくり)

♡「安心して食べられるものを食卓に！」をテーマに、

南高梅と亀岡の赤シソで、減塩梅干しをつくります。

年に一度の**梅**仕事！ みんなでワイワイ楽しみましょう♡

【下漬け】 6月15日(土) ①午後1時から ②午後2時から

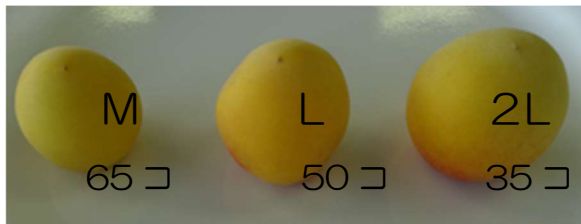
【本漬け】 6月22日(土) ①午前10時から ②午後1時30分から  
(2日目は約2時間程度)

講師：たなかきょうこ 田中京子さん

場所：総合福祉センター3階 料理実習室

受講料：600円(全2回分)

材料費：1キロ=2,000円(梅・塩・シソ等含)



梅酢をあげます



シソを揉みます



保存

定員：各15人(先着順)

対象：2日とも受講できる人

持ち物：エプロン・三角巾(バンダナ)・手拭きタオル・マスク

※有れば容器(タッパー等)梅を入れて振れるサイズ

申込方法：氏名・住所・電話番号・年代・勤務の有無・キロ数を明記のうえ  
窓口かお電話で申し込んでください。

令和6年5月10日(金) 午前9時~受付

亀岡市総合福祉センター 働く女性の家 ☎24-0294

※託児・手話通訳・要約筆記はお問い合わせください。