



初心者料理教室

おじさまの
腕まくい

できる“おじさま”は厨房に入る！！

料理初心者男性の皆さんに、小松シェフが包丁などの持ち方、食材の栄養や旬、保存方法、盛り付けのコツなどを伝授します。
自然豊かなこの地域で採れる野菜や特産物を使い、簡単で美味しい上級者のような料理を自分で作れるようになってみませんか？



講師：レストラン「mogmog」オーナーシェフ
小松 美香さん

- ・調理師
- ・バーベキューインストラクター
- ・日本酒アドバイザー

【期間と開催】

2025年6月～2026年2月まで 年5回開催
土曜日の9時30分～12時まで

【会費】

年会費5,000円と毎回材料費1,000円

【募集要件】

80歳までの当JA男性組合員

(または組合員になっていただける方)

詳しくは
裏面を
ご覧ください

JA京都 **にのくに**

【カリキュラム】

第1回

6月7日(土)
綾部市中央公民館

わんぱくサンド



切った断面を
予想しながら
ボリューム
たっぷりのサ
ンドウィッチを
つくろう

第2回

8月2日(土)
綾部市中央公民館

ナポリタン



あの昔懐かし
い喫茶店の
ナポリタンを
つくろう

第3回

9月13日(土)
【開催場所未定】

メロンパン



自分で捏ね
るところから
メロンパン
をつくり、豆
から淹れた
コーヒーで
焼きたての
パンを食べ
よう

オプション講座※

10月18日(土)
週末レストランmog mog

第4回講座

12月13日(土)
綾部市中央公民館

第5回講座

2026年2月14日(土)
綾部市中央公民館

バーベキュー講座



火おこしやチ
キンを丸焼き
したりして、楽
しくみんなで
食べよう

キンパ



韓国料理にも
挑戦!
人気のキンパ
を作りましょう

お酒のおつまみづくりと 日本酒の基礎講座



山廃?
ひやおろし?
知っているよ
うでよくわか
らない日本酒
のあれこれを
楽しく学ぼう!

※オプション講座は希望制です。受講には別途料金がかかります。

【募集期間】

2025年4月～5月23日

【定員】

16名程度 応募多数の場合は抽選となります。

【応募方法】

右のQRコードまたは最寄りの支店にお申し込みください。



お問い合わせ先

JA京都にのくに 企画調整室

TEL: 0773-42-5566

※ 応募いただいた個人情報は本講座の運営管理及び当組合の商品・サービスのご案内以外には使用いたしません。