

人生は後半戦が面白い！！

ブロンズ世代から始めるアクティブライフ 第5回

在日タイ人に学ぶ本場の味

タイ料理教室

2019年7月3日(水) 10:00~13:00
宇都宮市平石地区市民センター 調理実習室

セカンドライフ、スマートな生き方を考えてみませんか？

これからは時間が一杯！一人立ち、そして仲間作りにやりがいづくり…

まずはエスニックなタイ料理にチャレンジしてホームパーティはいかがですか？

ブロンズ世代の方は勿論、シルバー世代、プラチナ世代の方のご参加もお待ちしております



デックタイグループでは
毎月「タイ料理教室」を開催！

時間 10:00~12:00

場所 とちぎ国際交流センター調理室

参加費 3,000円

日程など詳しくはHPへ

今回は「ガパオ ガイ カイダオ(鳥のバジル炒め)」を作ります
日本では「ガパオライス」として有名なタイの定番料理
ナンプラーのエスニックな風味が食欲をそそります
唐辛子の辛味と、鶏肉のジューシーさがマッチした大満足なひと皿
身近な材料で、思ったより簡単に作れてしまいます

対象 会社人を卒業した方・そろそろ卒業を考えている方
(概ね、50歳以上の男性)

定員 15名

参加費 1,000円(材料費)

持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ、手ぬぐい可)

申込 FAX, Eメール, 電話にて受付

(詳しくは裏面をご覧ください)



【協力】NPO法人デックタイグループ

栃木県内を中心に、在日タイ人の暮らしをサポートしている団体。日常生活や法的手続きの相談支援をするとともに、移動大使館・医療相談への協力を行っている。

また、互いのコミュニケーションを図りながら国際理解・国際協力を推進するため、日本語・タイ語・タイ料理・タイ舞踊などの教室を開催。更に、国際交流イベントへのタイ料理出店やタイ舞踊披露、タイPOP演奏も行っている。

団体公式HP

<https://dekthaigroupnpo.jimdo.com/>
イベント・教室案内専用HP(日本人向け)

<https://dtg2.jimdo.com/>

団体公式Facebook

<http://facebook.com/dekthaigroup>

タイ料理教室Facebook

<https://www.facebook.com/DTGthaifoodclass/>

NPO法人デックタイグループ 主催イベント

第9回 家族ぐるみ交流バーベキュー大会 in みずほの自然の森公園

日時 2019年7月14日(日) 10:00~15:00

場所 みずほの自然の森公園内バーベキュー場

参加費 会員 1,500円 非会員 2,000円 小学生 1,000円 小学生以下 無料

飲み物は各自用意してきてください ※雨天中止

【会場】

平石地区市民センター 調理実習室

〒321-0903 栃木県宇都宮市下平出町158-1



JR宇都宮駅東口から

関東バス「中平出」経由「柳田車庫」行き、「平石農協前」下車

関東バス「ベルモール」経由「柳田車庫」行き、「下平出」下車



まちびあ講座 あなたの人生聴かせてください/アクティブ編

ブロンズ世代から始めるアクティブライフ 第5回

「タイ料理教室」 参加申込書

送信先:FAX 028-689-2731

ふりがな 参加者名		年 齢	50代・60代・その他(代)
住 所	〒		
連絡先			
E-Mail			

※本申込書にご記入いただいた個人情報は、講座運営に関する連絡、各種講座情報提供の目的のみに使用します

【申込方法】

メールでお申込み▶

申込書の必要事項を入力の上、
info@u-machipia.orgへ送信してください

電話でお申込み▶

宇都宮市まちづくりセンターまちびあ
TEL 028-661-2778にお電話ください

FAXでお申込み▶

以下の申込書にご記入の上、切り取らずに
FAX 028-689-2731に送信してください

【お問合せ先】

宇都宮市まちづくりセンターまちびあ
(担当：鈴木・増淵)

TEL : 028-661-2778

FAX : 028-689-2731

MAIL : info@u-machipia.org