

12/2 ハーブ&アロマの恵み講座

12/2(土)ハーブ&アロマの恵み講座を開催しました。

体調の変化しやすい時期です。朝摘みのフレッシュハーブをはじめ、日常生活に取り入れやすい精油の効能などを教わり、植物の芳香を楽しみました。

続いて、好きな精油をブレンドして石鹸作りをしたり、好みのハーブでオリジナルハーブティを作って、先生ご持参のシュトーレンとともにいただきました。

五感が癒される時間となり、みなさんからは次回開催への期待のお声を寄せていただきました。



12/12 地産地消まごわやさしい料理教室

12/12(火)地産地消まごわやさしい料理教室「原木しいたけを使ったおせち料理」を開催しました。

まず生産者の野呂食品さんから、原木椎茸の栽培法やこだわりをお聞きした後、6品の調理デモンストレーションを見てから、いよいよ実習です。

おなじみの献立も食材を変えることで、調理法や食感が変わります。いつもと違うお節となり、「意外に手軽で家でも再現できそう」「椎茸や三重のことが知ることができてうれしい」などの意見が、各テーブルで飛び交っていました。

* 次回は 2月22日(木)「かぶせ茶×土鍋料理でほっこり」です。お楽しみに♪



あさけプラザ

なでしこ会

箏の音の大好きな私達なでしこ会は、週に一度の練習と、月に一度尺八の先生を交えての合奏練習を行っております。

あさけプラザ文化祭や北勢邦楽祭等勉強の場を持たせて頂いております。

練習の後の和やかなひと時を楽しみに頑張っております。

興味のある方大歓迎です。

気軽に見学においでください。

代表者 久野順子
連絡先 059-364-4128
練習日時 毎週土曜日14時～16時
練習場所 代表者自宅

