

■10月2日(土)より各店にて受付開始! お申込み・お問い合わせは、直接各店へお電話ください!

8お
かや
まちゼミ
講座カレンダー

| | 午前 | 午後 |
|---------|---------------|------|
| 10月2日 土 | 各店にて受付開始 | |
| 4日 月 | ☎は毎週木曜以外 毎日実施 | |
| 5日 火 | ①⑤ | |
| 6日 水 | | ⑬⑮ |
| 7日 木 | | ⑯ |
| 8日 金 | ⑦ | ② |
| 9日 土 | ⑭ | ⑩⑮⑳ |
| 10日 日 | ③④⑥ | ㉑㉒㉓ |
| 11日 月 | ① | ⑱⑲⑲ |
| 12日 火 | ⑫⑬⑮⑲⑳ | |
| 13日 水 | | ④ |
| 14日 木 | ⑫⑬ | ④ |
| 15日 金 | | |
| 16日 土 | ⑤⑥⑧⑨⑪ | ③④⑤⑥ |
| 17日 日 | ⑩⑪⑫⑬ | ⑧⑨ |
| 18日 月 | | |
| 19日 火 | ①②③④⑤⑥ | ⑲ |
| 20日 水 | ⑭ | ⑳ |
| 21日 木 | ⑭⑮ | ⑨ |
| 22日 金 | ⑰ | ② |
| 23日 土 | ⑮ | ③④ |
| 24日 日 | ⑯⑰⑱ | ⑲⑳ |
| 25日 月 | ⑮ | ⑪ |
| 26日 火 | ④⑤⑥⑦ | ⑨ |
| 27日 水 | ⑥ | |
| 28日 木 | | ⑥ |
| 29日 金 | | |
| 30日 土 | ⑮⑯ | ⑱ |
| 31日 日 | ⑦⑧ | ⑳ |
| 11月1日 月 | | ⑥ |
| 2日 火 | ㉒ | |
| 3日 水 | | ⑱ |
| 4日 木 | | ⑥ |
| 5日 金 | | |
| 6日 土 | ⑦ | |
| 7日 日 | | ④ |

26 和菓子職人の技を体験しよう!




練り切り餡(あん)で包餡(ほうあん)体験・包んだものをへらで細工体験、上生菓子作成実演。おみやげ付き(今回は試食はなしです。)

10月17日(日) 11:00~12:00
10月17日(日) 14:00~15:00
10月24日(日) 11:00~12:00
10月24日(日) 14:00~15:00

●講師: 中村 太助
●会場: 菓子工房 諏訪の月 ●定員: 5名 ●材料費: 600円
●対象: 指定なし ●持ち物: 筆記用具、エプロン、三角巾、マスク(お子様も)

ヌーベル梅林堂 菓子工房 諏訪の月 ■担当: 中村 ■定休日: なし
岡谷市中央町1-3-11 Tel.0120-78-3371 (受付10:00~17:00)

30 簡単!便利!
「おかずみそのもと」の作り方




ごはんのおかずや万能調味料として便利なおかずみそ。ご家庭でできる簡単でいろんな種類の作り方を伝えます。

10月16日(土) 11:00~12:00
10月30日(土) 11:00~12:00

●講師: 木村 京
●会場: 山万加島屋商店 ●定員: 5名 ●参加費: 無料
●対象: 指定なし ●持ち物: 筆記用具

山万加島屋商店 ■担当: 木村 ■定休日: 日曜 第2第4土曜
岡谷市中央町3-1-15 Tel.22-2884 (受付9:00~17:00)

27 ハーブの楽しみ方 あれこれ♡



生のハーブを使ったハーブティーを飲みながら、ハーブの様々な利用法を学びます。

10月11日(月) 13:30~15:00

●講師: 竹淵 那美
●会場: ほっとサロン心和 ●定員: 5名 ●材料費: 800円
●対象: 指定なし ●持ち物: 筆記用具

ほっとサロン心和 ■担当: 矢崎 ■定休日: 水曜日
岡谷市中央町3-1-30 Tel.23-5434 (受付11:00~17:00)

31 パン職人ならではの
サンドイッチの上手な作り方



食パンとお手頃な材料を使って、ひと味違うサンドイッチを作ってみましょう。

10月12日(火) 11:00~12:00
10月14日(木) 11:00~12:00
10月17日(日) 11:00~12:00

●講師: 有賀 利恵子
●会場: サンジェルマン岡谷店 ●定員: 4名 ●材料費: 500円
●対象: 指定なし ●持ち物: エプロン、筆記用具

サンジェルマン岡谷店 ■担当: 有賀 ■定休日: 1月1日
岡谷市中央町1-11-1イビルプラザ1F Tel.24-8218 (受付10:00~19:00)

28 お家で簡単!!中華鍋でスモークづくり




本格的なスモークは道具も下ごしらえも大変ですが、チーズや干物はお手軽です。ご家庭にある道具を使ってスモークに挑戦します。※かけたてのスモークチーズお土産付

10月10日(日) 13:00~14:30
10月16日(土) 10:30~12:00

●講師: 林 雄久
●会場: かね吉 ●定員: 6名 ●材料費: 600円
●対象: 指定なし ●持ち物: 筆記用具

かね吉 ■担当: 林 ■定休日: 月曜日
岡谷市中央町3-6-2 Tel.23-3579 (受付18:00~23:30)

32 江戸前のだし巻き玉子を作ってみよう



だし巻き玉子を調合、焼き、利用してみる。

10月11日(月) 12:00~13:00

●講師: 杉田 進
●会場: 多留寿司 ●定員: 6名 ●材料費: 500円
●対象: 指定なし ●持ち物: エプロン、筆記用具

多留寿司 ■担当: 杉田 ■定休日: 月曜日
岡谷市幸町3-10 Tel.23-0011 (受付12:00~23:00)

29 目からウロコ!!
料理人が教える絶品煮魚教室




和食の人気メニュー「煮魚」を美味しく仕立てるコツを含めて料理人が実演し、ご自分で調理したものを試食していただきます。

10月12日(火) 11:45~13:00
10月19日(火) 11:45~13:00
10月26日(火) 11:45~13:00
11月2日(火) 11:45~13:00

●講師: 杉浦 健夫
●会場: 和書・天ぶら 太助 ●定員: 6名 ●材料費: 600円
●対象: 指定なし ●持ち物: エプロン、タッパー(持ち帰る方)、筆記用具

和書と天ぶら 太助 ■担当: 杉浦 ■定休日: 日曜・月曜
岡谷市中央町1-6-11杉浦ビルF Tel.22-2951 (受付14:00~17:00 21:00~23:00)

33 BBQインストラクターが教える
ワンランクアップのBBQ術



日本バーベキュー協会公認の上級バーベキューインストラクターが、炭の選び方・着火方法・炭の置き方から、ステーキの焼き方、野菜のおいしい焼き方をレクチャーします。たっぷり試食付き!

10月24日(日) 11:00~13:00
10月25日(月) 11:00~13:00

●講師: 今井 隆宏
●会場: 諏訪湖BBQマリーナ(諏訪市湖岸通り5-670-213ウインドウエーブ隣) ●定員: 5名 ●材料費: 1,000円 ●対象: 指定なし ●持ち物: 筆記用具

信州BBQ協会 ■担当: 今井 ■定休日: 月曜・火曜
岡谷市南宮2-5-9 アイズ内 Tel.24-2391 (受付10:00~18:00)

～感染予防のお約束とお願い～

- 諏訪圏域感染レベル3以下になることを願って受付をいたします。
- 受付済みでも諏訪圏域感染警戒レベル4以上の場合は開催を中止いたします。
- 店舗の判断によりレベル3であっても中止する場合があります。
- 講座前日までに開催可否について店舗からご連絡をいたします。
- 感染予防のため、講座内容に変更がある場合がございます。
- 調理品等は感染対策を講じた上で試飲・試食をします。(マスクをずらすなど)
- 受講する方はマスクの着用・当日の検温をお願いします。

地域の店の人が商売抜きで教えてくれる。あんなこと。こんなこと。

受講料無料 得する街のゼミナール 売付け・勧誘しません

店主やスタッフが専門家ならではのノウハウや知識を、期間限定・人数限定であなたにお伝えします。

第8回 おかやまちゼミ

2021年 10/4日 11/7日

得する!タメになる! 33講座! 合計109回開講!!
受講の受付開始: 10月2日スタート!
「まちゼミの申込みです!」と、直接各店に電話でお申込みください。 ※10月2日が定休日の場合は、要営業日にご予約ください。

私たちが講師をつとめます。



元気な地域を取り戻す!
全国一斉まちゼミ
全国150カ所以上の地域が9月~11月の同時期開催!

講座に関するお問い合わせ・お申込みは直接各店にお願いします。
まちゼミに関するお問合せ: 岡谷TMO ☎0266-23-2345 (岡谷商工会議所)