



はじめてでも簡単  
～



## 発酵クッキング

第1回～グルテンフリーなパン作り～

令和8年2月8日(日)午前10時30分～正午

まぜるだけで簡単！小麦粉・卵・乳製品をつかわなくとも美味しい米粉のパン作り。レンジで簡単あんまんと、ミニピザを作ります。

第2回～自家製酵母のパン作り体験～

令和8年3月15日(日)午前10時00分～午後0時30分

ポリ袋で簡単！コネない・洗い物がない、卵・乳製品を使わなくとも美味しい自家製酵母のパン作り。フライパンで焼けるパンドーナツを作ります。パン作りを通して発酵の不思議な世界をのぞいてみませんか？

参加費

第1回 2,000円

第2回 2,500円

会場

栗源市民センターさつき館

持ち物

エプロン、タオル、筆記用具

対象

香取市内在住・在勤者

定員

16名（先着順）



講師

みずたま発酵くらぶ

なかやま じゅんこ

中山 淳子 先生

みずたま発酵くらぶ主催

歌う醸し家。

なんとな～く心が軽くなる発酵ライフを提案。  
10代でマクロビオティックを学び、父のどぶろく作りからヒントを得て、酒種酵母でパン作りを始める。手間なく隙間時間でできる、アレルギーにもやさしい、目からウロコのレシピは子育て中のママたちにも好評。

【問い合わせ・申し込み】受付時間：土日祝日を除く午前8時30分～午後5時15分  
令和8年1月6日(火)～1月16日(金)に下記へ電話または直接窓口にてお申し込みください。

〒289-0393 千葉県香取市羽根川38番地

香取市教育委員会 生涯学習課 生涯学習2班（小見川支所2階）

☎0478-82-1133