

## イングスクラブ

### 「基礎から学べる

### 料理教室」

## 開催!!



平成26年1月18日(土)に八幡東区の北九州市立尾倉市民センター調理室において、イングスクラブの新企画イベント『基礎から学べる料理教室』を開催しました。

当日は、マクロビオティックインストラクターの長島慶子さんを講師にお迎えし、参加者およびスタッフ14名に対し、「食と健康」にまつわる貴重なお話を頂いた後、「健康美を目指す マクロビメニュー」として、「ベジバーグ」「ひじきれんこん」「切干し大根」などヘルシーな7品目をレクチャーいただき、完成した料理は、参加者みんなで美味しくいただきました。



参加者同士の顔合わせ



ヘルシーな食材の数々



講師の長島慶子先生のご紹介



マクロビについてのご講義



グループ毎に調理開始!



「ベジバーグ」完成!!



「マクロビメニュー」7品完成!!



先生と参加者で記念写真!!

### イングスクラブ運営委員あいさつ

このたびは、イングスクラブ「基礎から学べる料理教室」へのご参加、誠にありがとうございました！運営委員としてイベントに参加するのは、今回が2回目でもあり、また、初めての試みである「料理教室」の運営という事で、大変緊張しながらの一日でしたが、参加者の皆さんのおかげで、無事に開催出来ました事を厚く御礼申し上げます。

この料理教室は、かねてより会員の方から実施要望があり、今回晴れて実現したイベントでしたが、インストラクターの長島先生の解りやすい説明と、参加者の皆さんのチームワークのおかげで、段取り良く進行することが出来ました！

今回の「料理教室」イベントでは、みんなで色々な話をしながら料理をする楽しさが再発見出来ましたので、今後、ぜひ定番化させていきたいと思っております!! 今後ともイングスクラブを宜しくお願い致します。

イングスクラブ運営委員 西山 友理



#### 【次回イベントのご案内】

・2月1(土)～2日(日)：スキー&スノーボードツアー2014 IN 芸北国際

他、順次企画中です。



- イングスクラブでは、運営委員としてイベントの企画・運営をお手伝いいただける方を募集しています。イベント活動等に興味のある方は、お取引支店の担当者にお尋ねください。