



SPICE

金曜日夜開催
全2回連続講座

スパイスの魅力

香りに癒され、食べて元気に！毎日の暮らしにスパイスを取り入れる方法を楽しく学びましょう。

※写真はイメージです。内容は変更になる可能性があります。

2025. 10/3・17 金 18:15～20:15

第1回 スパイスの基本とチャイの楽しみ方.....

身近なスパイスの特徴や効能、使い方の基本をやさしく学びます。実習では好みの香りや体調に合わせたチャイとデザート作りを体験し、スパイスを日常に取り入れる第一歩を楽しく実感していただきます。

試食：チャイ、簡単なスパイシーデザート

実習：自分で作るスパイスミックス(持ち帰り)



第2回 スパイスで味わうカレーの奥深さ.....

複数のスパイスを組み合わせることで広がる風味やコクの秘密を学び、実習ではバランスよく整った本格的なスパイスカレーを調理します。自宅でも再現しやすいレシピと活用のコツをお伝えします。

実習・試食：(世界の料理に選ばれた)マッサマンカレー、ターメリックライス、スパイスティー



アレルギー品目(特定原材料8品目)：乳・えび・ピーナッツ(予定)

座学講師

酒井 美代子 氏



タイの国立栄養大学で料理を学び、帰国後1989年に「スタジオアロイ」を開講。アジア料理研究家、日本タイ料理協会理事として、新聞・雑誌・講演・テレビなどで食文化を紹介。著書に『今夜はタイ料理』『世界のカレー料理』ほか多数。元・千葉県立生涯大学講師

1回目 実習講師

本多 美和子 氏



スタジオアロイ・タイ料理教室講師。辻クッキング講師を経て、自宅にて料理教室を主宰。沖縄や北京での滞在経験から、現地の食文化と料理を学ぶ。スパイス&ハーブ検定1級、ソムリエ、利酒師

2回目 実習講師

横木 郁恵 氏



スタジオアロイ・タイ料理教室講師。美容師として活動する傍ら、2018年より安藤梨鈴氏に師事し、タイ・チェンマイでも現地料理を学ぶ。2024年に講師資格を取得し、翌年より入門から上級クラスまでを担当。

会場

大和市文化創造拠点シリウス 6階 生涯学習センター
611調理実習室

対象

大和市内在住・在勤の方
※市外の方は9/7(日)10:00～定員に空きがあれば申込みできます。

申込

8/31(日) 10:00～ 電話・窓口・左下QRから

持ち物

筆記用具・三角巾・エプロン・手拭きタオル

定員

24人

参加費

1,800円(全2回分・材料費込)

※初回にお支払いください。返金できません。

※9/30(火)以降のキャンセルは、キャンセル料1,000円がかかります。



WEB申込みは
9/7(日)10:00～

お申込み・お問合せ 大和市生涯学習センター ☎046-261-0491

※調理実習ではIH調理器具を使用します。

※アレルギーに関しては自己責任にてご参加をお願いいたします。

〒242-0016 神奈川県大和市大和南1-8-1

アクセス：小田急江ノ島線・相鉄本線 大和駅から徒歩3分

※天候や交通機関の運行状況及びその他不可抗力により、開催が中止になる場合があります。

※駐車場の数に限りがありますので公共交通機関でご来場ください。

主催：やまとみらい(大和市文化創造拠点等 指定管理者)/ 大和市生涯学習センター