



ユネスコ
食文化創造都市
鶴岡

大切にしたい郷土の味

つるおか おうち御膳

を学ぶ講座



～四季折々の郷土料理を楽しむ～

先人たちが紡いできた郷土の味をベテランのお母さんたち・その道のプロから学びませんか？

各回時間：10時～13時半

受講料：各回1,500円

※小学生以下のお子様と一緒に参加される場合
お子様一人につき +500円

持ち物：エプロン・三角巾・筆記用具

第1講 ごしやて マルシェ

山のめぐみ

『春の山菜料理』を学ぶ

講師：産直あさひ・ゲーのお母さん

2019年5月12日（日）

場所：榊引生涯学習センター

美味しいけれど下ごしらえが難しいイメージがある山菜料理を基本から学びます。上手に作るコツを伝授します。

第2講

夏の浜ごっつおを
味わいつくそう！

講師：ゆらまちっく海鮮レディース

2019年6月9日（日）

場所：にこ♡ふる 調理実習室

魚料理は苦手かも。魚を捌いたことがない。そんな方でも安心。庄内浜の魚を知り尽くしたお母さん達が浜ごっつおを伝授します。

第3講 ごしやて マルシェ

旬の夏野菜をふんだんに
夏の農家ごっつお

講師：JA鶴岡女性部

2019年7月21日（日）

場所：榊引生涯学習センター

みずみずしい夏野菜が盛りだくさんのこの時期。鶴岡の夏の風物詩、だだちゃ豆や民田ナスなどを中心に、郷土の味を楽しむ工夫を学びます。

第4講 ごしやて マルシェ

米どころ鶴岡が誇る
ごはんのおとも

講師：調整中

2019年10月6日（日）

場所：榊引生涯学習センター

新米の季節。鶴岡の秋はごはんに合うものに溢れています。そんな「ごはんのおとも」が大集結！美味しいお米を挽きたてる郷土の味を楽しみませんか？

第5講

秋の浜ごっつおで
あたたまろう！

講師：庄内浜文化伝道師 安藤良博氏

2019年11月10日（日）

場所：市内調理室

浜のごっつお第2弾！庄内浜では獲れる魚も季節によって大きく変わります。寒くなってくるこの時期に美味しい魚介を上手に味わいましょう。

第6講

大切に受け継がれてきた
地域のまつりごっつお

講師：黒川能の里の会

2019年12月1日（日）

場所：王祇会館

榊引・黒川で500余年も続く黒川能。地域一丸となって続けられてきたこの伝統芸能には特徴的な行事食が残されています。地域で傳承することの大切さに触れてみませんか？

第7講

冬の保存食材を上手に
使った家庭料理

講師：産直あさひ・ゲーのお母さん

2020年1月19日（日）

場所：市内調理室

厳しい冬を越すためにこの地域で受け継がれてきた「食材の保存技術」。先人たちの知恵を活かした冬の郷土料理を学びます。

第8講 ごしやて マルシェ

そろそろ春の準備を
始めませんか？

講師：鶴岡市食生活改善推進協議会

2020年2月9日（日）

場所：榊引生涯学習センター

立春も過ぎ、春が待ち遠しくなるこの時期。春一番に芽吹く山菜たちを使ってひと足早く食卓に彩りを。ひなまつりにも喜ばれる郷土の味を学びます。



こんな方におススメ！

- ☆郷土料理を家族に食べさせたい！
- ☆郷土料理を母親から習いそびれてしまった！
- ☆移住したばかり。鶴岡らしい郷土料理を知りたい！

【この講座のねらい】

鶴岡の各地域で母から子へ代々と受け継がれてきた郷土料理。かつては家庭や地域の中で自然とリレーしていくことができましたが、現在は、核家族化、共働き、中食産業の発展など様々な要因で郷土料理に触れる機会も少なくなっているのが現状です。

この土地に根付いた郷土料理が、これからも愛され続けるために、多くの方が、郷土料理に触れられる機会を増やしていくことが、「鶴岡の食文化」を継承していく第一歩と考えています。郷土料理やその背景にある食文化の魅力を伝えていく場として、この講座を開講いたします。

- ※講座は「座学」＋「調理実習」が基本形式です。
- ※郷土料理レシピ集「つるおかおうち御膳」を基本とした郷土料理を中心にしたお料理を学びます。



■ FAX : 0235-25-2990 ■ 「つるおかおうち御膳」を学ぶ講座申込書

- 参加講座 年間受講（全8講）
- 単回受講希望 第1講 第2講 第3講 第4講
第5講 第6講 第7講 第8講

※年間受講の方を優先とさせていただきますが、単回での受講を希望される場合は、希望講座にチェックしてください。（空き状況によってはご参加いただけない場合もございます。ご了承ください）

氏 名 (年齢 代)

電話番号

住 所 〒

個人情報の取り扱いについて
申込用紙にご記入いただいた情報は、お申込された講座を受講していただくにあたって必要な連絡や、参加者名簿作成に使用いたします。「法令などで要求された場合」を除き、第三者に開示・提供いたしません。

主催：鶴岡食文化創造都市推進協議会 協力：くしびきこしゃってプロジェクト

問い合わせ：0235-25-2111（内線592 難波）



Facebookにてイベントページを
随時更新しています！