



本格

タイ料理教室



◆日時：令和6年3月14日(木) 10:00～13:00

(交流会：12:00～13:00)

◆場所：横浜市新羽地域ケアプラザ3階調理室

エスニック料理とは…

「外食でいただくもの」

「めずらしい調味料を揃えないと」

なんて思っていないですか？

いえいえ、ご家庭でも作れる本格的タイ料理をご紹介します！辛いものが苦手なお子さまでも一緒に楽しめる、お腹も心も大満足のタイ料理をお楽しみください！



● 講師/タイ料理教室「SALAISARA」主宰
サクライチエリ 氏

幼少期を台湾で過ごしたことをきっかけに、アジアの国々や料理に親しむ。1999年よりタイに移住。現地料理研究家からタイ料理を幅広く学ぶ。帰国後は超本場級タイ料理教室を主宰、子ども料理教室などを開催。

●対象者：横浜市在住のひとり親家庭の親

※法的にひとり親家庭でない方も含む

●定員：6名 ●参加費：無料 ●保育：なし

●申込方法：お電話または、裏面の必要事項をE-mailに

記載してお申し込みください。

※定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。

※荒天・天災等により、本講座は中止または内容を変更して実施する場合がございます。

☆パクチーなしでもおいしい！
普段使いのタイ料理☆

- ・お鍋で作るカオマンガイ
～オールジャパンバージョン～
- ・ゲージュー・タオフーカオ
(豆腐入りクリアスープ)
- ・カノム・バービン
(ココナッツのもちもちケーキ)

令和6年3月1日(金)
申込締切り！



《ひとり親サポートよこはま》横浜市母子家庭等就業・自立支援センター
(運営：一般財団法人横浜市ひとり親家庭福祉会)

〒231-0014 横浜市中区常盤町3-24 サンビル8F TEL: 045-227-6337

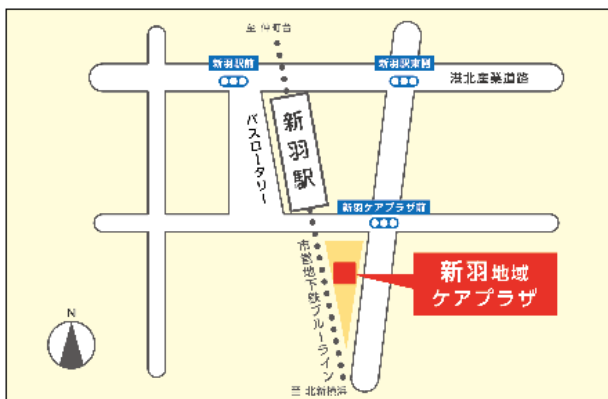
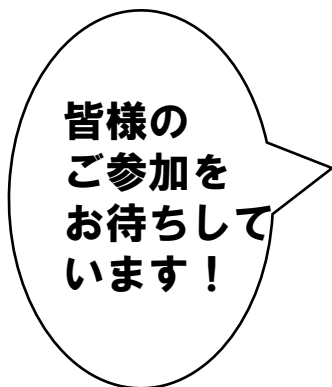
E-mail: shienboshi@zaibosi.org URL: https://www.hitosapo-ykh.jp

申 込 書

講座名	『本格！タイ料理教室』		
ふりがな	令和6年3月14日(木)10:00~13:00		
氏名 (居住区)	当サロンを何でお知りになりましたか(○をお付けください)		
	ホームページ ・ メルマガ ・ LINE チラシ(入手場所:) ひとり親サポートよこはま支援員 その他()		
	ひとり親サロン・セミナーのご参加は初めてですか		
	初回 / 参加したことがある (回目)		
電話番号 (携帯電話が不可の場合 自宅の電話を記載してく ださい)	携帯: - -	連絡可能な時間帯(時~ 時)	
	自宅: 045 - -		
受講決定通知を発行しますので、郵送希望の方は住所、メール希望の方はメールアドレスを記載してください。			
① 住所	〒 -	区	
② メールアドレス			
就労状況	正社員 ・ パート ・ 契約社員 ・ 派遣 ・ 無職 ・ その他()		
お子様について	第1子(歳)	第2子(歳)	
	第3子(歳)	第4子(歳)	

お申し込み時にご提供いただいた個人情報は本セミナー実施にのみ使用し、その他の目的で使用することはありません。

会場案内図



ひとり親サポートよこはまが
LINEを始めました♪

登録はコチラから→

横浜市新羽地域ケアプラザ

〒223-0057
横浜市港北区新羽町1240-1
TEL:045-542-7207

＝交通＝
横浜市営地下鉄「新羽駅」徒歩2分
横浜市営バス41系統、東急バス綱72・74系統
「新羽駅」下車徒歩2分