

講師紹介

橋元知里

料理を楽しむキッカケを提供している日常ごはん料理教室「alala cooking club」主催。

Instagram

@alalacookingclub



オンライン 料理会

赤ちゃんが泣いても大丈夫
子どもが学校に行っている間に
ささっと、おうちでできる料理教室

1月20日(水)10時-11時

先着30人：参加無料

【参加条件】

『COOP ミックスキャロット』の写真を撮り、Instagram か Facebook か E-mail から申込。
新たな購入でなくても、下の 対象商品いずれかがご自宅にあれば、それを使っての申込も可能。

Facebook @6chikuookubo で検索
メッセージ送信から「1/20 料理会参加希望」と記載し、写真を送る。

Instagram @6chikudesu を検索
メッセージから「1/20 料理会参加希望」と記載し、写真を送る。

E-mail

件名「1/20 料理会参加希望」
本文に写真を添付し、送る。



対象商品



ミックスキャロット(200ml または 930g)



(メニュー予定) カリフラワーのキーマカレー
タンドリーチキン
バレンタインスイーツ[チョコレートプリン]

【事前に準備するもの】

① インターネットに接続出来るパソコン（WEB カメラ、マイク、スピーカーがあるもの） or スマホ or タブレット

② 当日使う①の機器に^{注)}Zoomアプリのダウンロード。

当日のスムーズな運営のため、事前に Zoom インターネット接続確認テストをお試しください。

注) Zoom…スマホやパソコンを使い、離れた場所にいる相手とテレビ会議など行うツール

★★通信環境：Wi-Fi 推奨！携帯通信網は通信費がかかります★★

③ 開催 1 週間前にご応募いただいた方法で、返信という形でレシピを送付します。

⇒当日いっしょに料理を作る（参加型）の方はレシピをもとに食材、調理器具の準備をお願いします。

⇒当日、作り方の視聴だけ（閲覧型）の方は必要ありません。

【当日】

① 前日にお知らせした参加 URL に接続してください。（30 分前から接続可能です）

② 閲覧型の方で、ご自宅やご自身の顔が映りたくない方は、カメラをオフにさせていただくと、他の方やコープ側からは見えません。マイクをオフにさせていただくとご自宅の音もひろいません。

③ 参加型の方は、必ずお手元がみえるように、カメラ等をセットしてください。

<皆様へ>

料理会の途中で調理に関する分からないことは、マイク ON でお話いただくか、チャットでお声がけください。

閲覧型の方も質問などしていただけます。

【お願い】

●Zoom アプリに関する質問には対応できません。

●料理会は広報用のために記録録画します。

顔など映る場合がございます。予めご了承ください。



応募締切

1/14
(木)

先月は緑豆
春雨を使っ
て4品作成



<問い合わせ先>

コープこうべ 第6地区本部

- ・前日までの連絡先 : 第6地区本部 (078-935-7180)
※平日 9時半から 17時まで ※土・日・祝日は休み
- ・当日の連絡先 : 業務用携帯 (070-6549-8503)

