

# ベジタブルクッキング



旬の野菜を使った時短料理を作ります。

期 日 令和8年6月18日、7月2日（木曜日/全2回）  
 ※1回目は、開講式及び受講料、材料費の徴収を行います。  
 時 間 10:00~12:00  
 ※終了時間は進行状況により変更になる場合があります。  
 場 所 長崎市東公民館 調理実習室(東部地区にここセンター2階)  
 対 象 成人女性 20名  
 講 師 高嶺 恵子 先生  
 受講料 800円+材料費1,600円 計2,400円（2回分）

回	月 日 (曜)	内 容	持ってくるもの
1	6/18 (木)	<開講式> 主菜・副菜・デザートまで バランスよく作ります。	・エプロン・三角巾・手ふき ・飲み物・ <u>食器用ふきん1枚</u> ・筆記用具
2	7/2 (木)	<閉講式>	・受講料 800円（2回分） ・材料費 1,600円（2回分）

※開講日及び開講日前日のキャンセルは、後日材料費をお支払い頂きます。  
 ※2回目欠席の場合、受講料、材料費は返金いたしませんのでご了承ください。  
 ※材料の都合により、メニューは変更になる場合もあります。  
 ※東公民館の駐車場には限りがあります。ご注意ください。



## ◆申込期間

令和8年3月1日(日)~3月31日(火) 必着

## ◆申込方法

### ①電子申請サービス

右のコードを読み取るか、[長崎市東公民館](#)を検索し（講座情報）の「長崎市電子申請サービスでの申し込みはこちらから（大人対象の講座）」をタップして申し込む。

[利用者登録せずに申し込む方はこちら](#)をタップ→利用規約を確認して同意するをタップ→連絡先メールアドレスを入力して完了するをタップ→入力したアドレスに届いたメールを開いてURLをタップ→申し込みの画面に必要な事項を入力して確認へ進むをタップ→申し込むをタップ→OK→閉じる→申込受付完了のメールが届く。

※利用者登録をして申し込むと次回以降電子申請サービスを利用する時、氏名・メールアドレス等が自動入力され便利です。

### ②往復はがき

1講座ごとに1人1枚の「往復はがき(170円)で申し込む。往信用表面に東公民館の住所と宛名を記入。往信用裏面に 1.希望講座名 2.氏名(ふりがな) 3.年齢 4.住所 5.電話番号を記入。返信用表面に自分の住所・氏名を記入。(裏面は空白) 詳しい書き方は「春の公民館講座」の冊子をご覧ください。

### ③来館

東公民館に決定通知用として1講座ごとに1人1枚の「はがき(85円)」を持参して申し込む。表面に自分の住所・氏名を記入。(裏面は空白)



申込多数の場合は抽選を行い、結果は申し込まれた方全員にお知らせします。