



＼みっちゃんと一緒に！

## たかはしクッキングひろば

— 高梁市から食の楽しさを広げたい —

ABC Cooking Studioから地域活性化起業人として派遣されている大月味千（愛称みっちゃん）と申します。地元の食材を活かしながら、食の楽しさや大切さを発信し、地域に笑顔を増やす活動を目指します。高梁市にお住まいの皆様が気軽に申し込める教室を開催しています。

先着

10組限定  
令和8年度

対象者

【4～24人程度のグループで開催】

有志グループ ご友人・ママ友・ご近所さん等のグループ（高梁市民1人以上）

高梁市内の企業・団体

高梁市内の幼・保・こども園・高梁市内の学校・大学・学童保育・児童館 など

## 料理教室の開催

## ① 料理レッスン

高梁市の特産品を入れ込んだメニュー

(3～4品デザート付き)

(季節によってメニュー要相談)

参加費1000円程度(※時価により変動あり)

## ② BREAD・CAKEレッスン

高梁食材で、手ごねパン・ケーキづくり

参加費1000円程度(※時価により変動あり)

## その他ご要望レッスン

依頼されたテーマで開催します。ご予算に応じて考えます。気軽に要望してください。

## ワークショップの開催

## ① 塩麴づくり講座（塩麴お土産付き）

塩麴の基本的な知識と活用レシピをご紹介します。実際に塩麴づくりを体験していただきます。毎日の食卓をもっと簡単に美味しくしていきましょう。

参加費800円程度

## ② 酒粕講座（酒粕グラノーラお土産付き）

酒粕の栄養・健康の効果を学び、アレンジレシピをご紹介します。酒粕を使ったグラノーラづくりを体験していただきます。酒粕の魅力を楽しく学びましょう。

参加費600円程度



※申込人数は、料理教室の場合4～24名程度を想定しています。受講可能人数は、開催場所や実施内容により異なります。

※開催希望日は、準備の都合上、2か月以上先の日程でご検討ください。

※所要時間は、1～2時間程度を予定しています。

※開催場所は、市内の調理施設に限ります。施設の設備・調理器具により、実施可能な内容が制限される場合があります。

※材料費については、内容に応じて受講者負担となります。

※対象が小さなお子様の場合は、補助いただける方の同伴をお願いする場合があります。人数についてはご相談ください。

※調理中のケガや事故には十分ご注意ください。万が一の事故やケガ等につきましても、主催者では責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

申込は  
QRコードで  
お願いします。



高梁市秘書企画課

食の魅力コーディネーター

大月 味千（愛称：みっちゃん）

おおつき みち

ABC Cooking Studio地域活性化起業人

☎0866-21-0208

hisyo@city.takahashi.lg.jp

