

新しい試みの親子料理講座が大好評！ カオリーヌ先生のCooking Time

毎回好評をいただいている親子料理教室。
今シーズンは、「味わい名人になろう！」が目標です。
調理の実習前にテーマに即した「アクティビティ」があります。
「食育」を意識した内容で楽しく学べるコンテンツが満載です。



アクティビティ（実験）その①
オレンジジュースを
鼻をつまんで飲んでみたら
美味しいのかな？
どんな味がするのかな？

カオリーヌレシピの紹介！ Let's get cooking!

グルテンフリー（小麦卵不使用）
豆腐を使って！生クリーム不使用

ガトーショコラ



材料（2人分）

アーモンドパウダー
米粉
ベーキングパウダー
ココアパウダー

A

きぬごし豆腐
はちみつ
溶かしバター

B

作り方

- 型に敷き紙を敷いておく。
①ボウルにAのアーモンドパウダーと米粉を入れ、ベーキングパウダー、ココアパウダーは振り入れて、泡立て器で混ぜておく。
②Bを大きめのボウルに入れて泡立て器で混ぜる。
③BにAを入れて白いつぶがなくなるまで混ぜ合わせる。
④ゴムベラやスプーンを使って型に入れ、表面を平らにならし、160度で20分焼く。
⑤粗熱がとれたら、網の上で冷ます。
※はちみつは砂糖に替えてつくることもできます。

総合区民センター施設案内 調理室（7階）(2020年10月1日現在)



午前 9:00 ~ 12:00 / 3,000円
午後 13:00 ~ 17:00 / 3,700円
夜間 18:00 ~ 22:00 / 5,600円

<https://www.kcf.or.jp/sogo/shisetsu/ichiran/>

総合区民センターの調理室を利用して、お料理やお菓子作りを楽しんでみませんか。
時間は準備、片づけを含みます。くわしくは総合区民センターHPをご覧ください。



0歳からシニアまで楽しめる
トリオベールファミリーコンサート
4月18日（日）11時/13時半



おむつ替え
授乳コーナー
あります♪

毎年、大好評のファミリーコンサートの開催です♪
クラシックからアニメ、映画音楽まで楽しめるメニューで
お待ちしております♪ ご予約は総合区民センターまで♪

全館 Hand
CraftDay♪

ら・館「手づくり教室」 しました!



▲Kawaii桜のフォトフレームができました♪
▲木目達人形で鼻完成！若井晶子様（92歳！）

江東区総合区民センター
〒136-0072 東京都江東区大島 4-5-1
TEL03-3637-2261/FAX03-3683-0507
URL:<https://www.kcf.or.jp/sogo/>

休館日：第2・第4月曜日
（但し休日にあたる場合は開館）
総合区民センターニュース季刊発行



公益財団法人
江東区文化コミュニティ財団
心こえるおい、地域ににぎわい。
Koto City Culture and Community Foundation



2021 Spring

みんなの記憶 と記録

～1964から2020へ～



2021
2/4-14

江東区総合市民センター2階展示ホール

総合区民センターでは去る2月4日から14日、
「みんなの記憶と記録～1964から2020～」展を開催しました

2階ロビーには、解説付きの資料パネルが、150枚!レイアウトされました。1964年当時のオリンピック東京大会の貴重な品々とともに展示には、熱心に見入る方々で、連日多くのご来館をいただきました。



「みんなの記憶と記録 ～1964から2020～」展 ギャラリートーク 『風呂敷の中身とは?』



66当日の様子を覗いてみました◎
ご参加、ありがとうございました



ロビーでの展示は、8月ごろに再開催の予定です!
今回、お見逃しの方、お待ちしております♪

期間中、2月7日には企画構成担当の久染健夫氏を講師に迎え、ギャラリートークを実施しました。展示に合わせた内容で、座学と展示ホールでの解説をおこないました。参加者からは、江東区の変わりゆく歴史について、今回の展示に沿ってのお話は、企画意図がよくわかり、地元の歴史に触れることができたことと好評をいただきました。往年当時を思い出したり、地元のかつての知らない風景に触れたり、講師と参加者の和やかな時間となりました。

ギャラリートークの様子は、江東ワイドスクエアでONAIRされました。こちらのQRコードから動画で、2分30秒過ぎよりご覧いただけます。

