

主催 港ユネスコ協会 共催 港区教育委員会



2026年2月28日土



お話と実習

12時～15時30分 (11時45分受付開始)

港区立男女平等参画センター
リーブラ 料理室

東京都港区芝浦 1-16-1 みなとパーク芝浦 2 階

参加費 (材料費・保険料)

港ユネスコ協会会員・・・2,000 円

一般の方・・・・・・・・・・2,500 円

振込先／郵便払込口座番号：00130-0-157457

加入者名：港ユネスコ協会

※2月20日(金)正午以降は、キャンセル料として
参加費全額いただきます。

定員

20名 (対象高校生以上)

※応募多数の場合は抽選

●受付期間

1月15日(木)～2月3日(火)まで。

※抽選結果は、メール又はハガキでお知らせいたします。
入金確認を以て受付完了です。

●申込み方法

お申込みは、ホームページから、スマートフォンで

下記のQRコードから、または往復はがきに

①西インド料理教室希望 ②氏名(ふりがな)

③郵便番号・住所 ④電話番号

を記入してお申込みください。



持参していただくもの

エプロン、マスク、筆記用具、持ち帰り容器、
使用した調理器具を拭くための布巾2枚

お申込み・お問い合わせ先

港ユネスコ協会

〒105-0004 東京都港区新橋 3-16-3

港区立生涯学習センター3F

お問合せ・お申込みはホームページからを推奨します。

港ユネスコ協会 **検索** ※website が更新されました。

T E L : 03-3434-2300

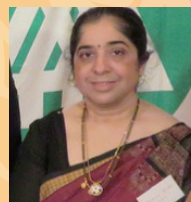
Eメール : m-info@minatounesco.jp

受付時間／火～金曜日(祝日を除く)

午前10時30分～午後5時

ユネスコ活動に参加してみませんか？ **会員募集中！**

西インド 料理教室



講師

ポンキシエ プルワさん

西インド・マハラシュトラ州のブネ市出身

1993年結婚を機に初来日。2006年からシンガポールに移り、2016年再来日。

2004年に日本語能力試験日N1を取得。現在は日本語の漢字を学びながら西インドの家庭料理を教えています。今回は日本の冬野菜をテーマに、伝統的な料理をご紹介します。

メニュー



モリナ乾麺のプリン



ほうれん草の揚げパン



キャベツ入risパイスが効いたまぜご飯



青豆サラダ



バターチキンカレー



ミルクティー