

ワークショップ

① 段ボールで スモーカーをつくろう

タネもシカケもない段ボールが、スモーカーに大変身！ 持ち帰って、キャンプや夏休みの自由研究にご活用ください。黒部名水パークの自家製ベーコンをはじめ県産食材の燻製の紹介 & 試食つき。※持ち物 油性マジック

26日 10:00～11:30
10名 ¥2,000円 (材料費含む)
浅野 恭子 (手作り工房 風の薫り)

ライブホール



② 草花レッスン

オーガニックガーデンとハーブのある暮らし

ハーブ生産農家、フラワーコーディネーター、お庭カウンセラーによる身近な草花を楽しむエッセンス満載のスペシャルレッスン。お庭の草花やハーブを織り交ぜたブーケ作り体験の後、ハーブティーとスイーツも楽しめます。

26日 10:00～11:30 20名
受講料1,500円/材料費2,000円
青砥 ミナ (JUIIN fleuriste)、
金丸 晴美 (ハーブガーデン平田)、飛世 裕香 (庭音)

3階会議室



③ 野菜ソムリエが教える キッズ野菜ソムリエ

26日 4F: ライブホール
27日 MAG.net

キッズ野菜ソムリエの任務は、野菜・果物を楽しむこと。そして、何が好きか、どうして好きなのかを、お友達に伝えられること。講座修了後キッズ野菜ソムリエに任命され、特製のソムリエエプロン & チーフが贈呈されます。

26日 12:00～13:30、27日 13:00～14:30
26日 20名、27日 10名 ¥3,000円
(年中～小学6年生)
野菜ソムリエコミュニティ 富山



④ ごはんと野菜と美味しい顔♪ 女子カメラワークショップ

「ごはんの炊き方たべくらべ」「キッズ野菜ソムリエ」に潜入。美味しそうに撮る & 子どもたちの表情を可愛く撮るポイントを体験できるカメラ講座です。初心者さんも大歓迎♪

26日 12:00～13:30 ※愛用のカメラをお持ちください
10名 ¥2,000円
徳光 典子 (スコラフォルツァ講師)

5階会議室



⑤ 世界の食文化に出会って もっと美味しくなる 「100年カレー」

ライブホール

スパイスキットなどカレーなお土産 & アイスハーブティつきのトークセッション。

26日 14:40～16:10 40名
仲 有紀 (ひみつカレー店主) ¥1,000円
下関 崇子 (All About 毎日のタイ料理ガイド、ムエタイ・インストラクター)
和田 義彦 (編集者、ブログ「美味しい世界旅行」)



② 子ども向け企画 「100年前ごはん」づくり体験

ごはん、おみそ汁、お漬け物。3つの「日本のうち伝統食」づくり体験。ごはんは精米から鍋で炊き、おみそ汁はだしづくりから。米ぬかで漬け物やふりかけもつくりまわす。子どもたちがおうちの人の分もつくり、一緒にいただきます。

※持ち物：お子さんのエプロン・三角巾、親子分のMY茶碗・箸・箸
26日 12:00～13:30
6名 (年中～小学6年生) ¥2,000円
吉田 千佳 (食活@kitchen)、林 洋子 (たべごとおけいこ)



③ ホットサンドワークショップ 懐かしくて新しいホットサンドをつくろう

ホットサンドを私たちのソウルフードに！ホットサンドの香ばしく焼き上がった香りといったら!! 伝統食と新しい富山の食が合わさった、心がざわわする特製サンドを作ります。

26日 14:40～16:10、27日 10:00～11:30
10名/各回 ¥2,000円 ※ホットサンドのお土産つき
山崎 亮子 (管理栄養士)、岩田 緑 (パン教室リヒト)
スペシャルゲスト：大林千葉英 (『100年ごはん』監督)



⑤ 日本のおだいどころで作る タイ料理教室

手作りベストのグリーンカレーと、かぼちゃ炒め、ひんやりスイーツ「ウンカティ (=ココナッツミルク寒天)」をつくりまわす。かぼちゃ炒めは、辛いのに本格派。※持ち物：筆記用具、エプロン、ふきん

27日 14:00～15:30 12名 ¥2,500円
下関 崇子 (All About 毎日のタイ料理ガイド、ムエタイ・インストラクター)
※アイスハーブティ付



カフェ 1F: 地場もん屋カフェ 10:00～17:00

ひみつ & アルパカ 世界のスパイスとコーヒー巡りカフェ

ひみつカレー、Alpaca Coffee、タイ料理家のコラボによる2日間限定のカフェ。



【メニュー】ベル風カレー700円/ベトナムコーヒー400円/パラチンキ(チョコ)550円/グリーンカレータイのかぼちゃ炒め添え850円 ほか

レシピ本販売 4F: ロビー

『富がえりのレシピ』Vol.2 ¥200円
県内の食、農関係者などにとっておきのレシピや情報を小さな本にまとめました。

ミニお料理教室 1F: キッチン

① 富山県紅茶を飲んでみよう おいしい飲み方にチャレンジ!

富山の茶畑で採れた「くればの紅茶」と「あさひの紅茶」をおいしく入れてみましょう。季節のフルーツやハーブとのアレンジティーなど、スイーツとともに試飲。友達どうしや親子はもちろん、紅茶男子も大歓迎です！ ※スイーツ & お土産つき

26日 10:00～11:30 12名 ¥2,000円
下田 美幸 (富山紅茶の会/富山市)



④ 昆布おじさんの昆布水ワークショップ レッツ! こんぶ!!

楽なおいしい減塩料理がつくれてしまうキッチンの救世主「昆布水」のつくり方と活用法を「昆布おじさん」が直々に伝授。

27日 12:00～13:30 12名 ¥2,000円
喜多条 清光 (天満大阪昆布主人)



販売ブース 4F: ロビー 10:00～17:00

- ①～⑥: 7/26のみ出店 ⑦～⑨: 7/26・27両日出店
- ① フェアトレード metio
フェアトレード雑貨
オーガニック商品
- ② ビーアンドベッチ
採れたて野菜、もちぎ
び(量り売り)、甘酒等
- ③ みどり共同購入会
旬の国産柑橘、在来の
枝豆、えごまパン等
- ④ 食彩工房 さらら
お母さんの作るおや
つがコンセプト
- ⑤ ハーブガーデン 平田
化学農薬、化学肥料不使
用の小矢部産ハーブ等
- ⑥ 子ども英会話教室
ノベル
英会話体験ミニレッスン
(3～12歳対象、無料)
※10:00～16:00
- ⑦ munch's
県産食材を使用した
vegan sweets.
※売り切れ次第終了
- ⑧ 濱田ファーム
農薬、化学肥料不使用
の米、米粉などの販売
※27日は～15:00
- ⑨ 美味しい世界旅行
タイ食材、食に関する
出版物、雑貨など

農家さんの訪問収穫
体験も企画・実施!!

第1弾 8/2(土) ハーブ農家見学
～香りの押し花標本作り～

詳細・ご応募はfacebookで 富がえりのレシピ

映画「100年ごはん」 上映スケジュール

7/26(土) → 8/1(金)

シネマホール
12:10～13:25
※7/26～8/1 全日

シネマホール
14:40～15:45
※7/26のみ

シネマホール
17:40～18:55
※7/27～8/1

参加申込書

お申込はフォルツァ総曲輪まで FAX: 076-493-8845

ワークショップ	① スモーカー	② 草花レッスン	③ キッズ野菜ソムリエ	④ 女子カメラ	⑤ 100年カレー	【料理教室】	① 紅茶WS	② 100年前ごはん	③ ホットサンドWS	④ 昆布水WS	⑤ タイ料理教室	
	26日 10:00～	26日 10:00～	26日 12:00～ 27日 13:00～	26日 12:00～	26日 14:40～		26日 10:00～	26日 12:00～	26日 14:40～ 27日 10:00～	27日 12:00～	27日 14:00～	
フリガナ 氏名						男 女	年齢	歳				
住所 〒												
電話												
Eメールアドレス												
備考												