

# 食べまわり レシピ トークショー



料理研究家  
行長万里  
Mari Yukinaga

料理研究家  
行長万里

待って! 捨てる前に  
考えよう!

使いきり・使いまわし  
食べきり方法・料理のアイデア法

先着  
**200**名様  
(事前申込み)



参加費  
**無料**

リメイクで  
立派な晩ご飯

当日  
抽選で  
約**30**名様

トークショー

料理教室

日時・場所

**11月6日(日曜日)**  
午後1時～午後4時  
グリーンパレス 5階孔雀ほか  
江戸川区松島1丁目38番1号

内容

- 第1部 トークショー  
午後1時～午後2時
- 第2部 料理教室・映画鑑賞  
午後2時30分～午後4時

注意:第2部料理教室の抽選に漏れた方は世界中で反響を呼んでいる映画「もったいない」をご覧ください。

事前  
申込み

9月20日(火)午前9時より  
電話でのお申込み(先着順)

お問合せ  
申込み先

江戸川区環境部  
清掃課ごみ減量係

☎5662-1689

※詳しいお申込方法は裏面をご覧ください。



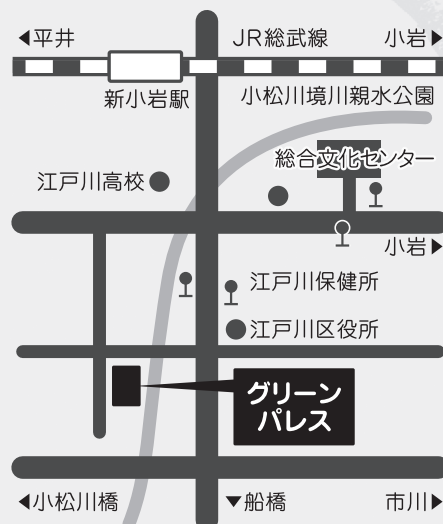
料理研究家  
**行長万里**

Mari Yukinaga

プロフィール

島根県出雲市生まれ。東京在住。京都・長野・鹿児島・イタリアなど各地でさまざまな食材に出会いオリジナル料理を考案。テレビ岩手「ごきげんテレビ」、山陰放送「行長万里のひろがる料理」に出演中。アイディア料理や節約料理を紹介した「給料日前のピンチを救う50円クッキング」は32万部。4冊で65万部。きくらげのくずを生かした「沖永良部島キムチ」はNHKでも紹介。各地の食材を全国に発信中。

交通アクセス



## お申込み方法

開始日時

9月20日(火)午前9時より

申込み先

江戸川区環境部清掃課ごみ減量係

☎03-5662-1689

※お申込みは電話で先着順となります。



食べきり推進運動  
ロゴマーク

お申込みの際は以下の内容をお伺いします。

- 氏名
- 性別・年齢(中学生・高校生は学年を)
- 住所・電話番号(自宅・携帯)
- 料理教室希望の有無

注意事項

- 区内在住在勤、又は在学の中学生以上が対象です。
- 中学生は保護者の同伴が必要です。
- 料理教室は、当日参加を希望する方から抽選して決定します。
- 家族や友人で料理教室を希望された場合、一緒に当選するとは限りませんのでご了承ください。
- 三角巾、ふきん、エプロンは事務局で用意します。