



# 米研ぎ体験講座

## 早寝早起き朝ごはん！

～お米を研ぐ時間が暮らしを整える～

学生限定講座  
参加費無料

9月10日(木) 午後6時～8時 受付開始 5:45

会場：中央公民館 実習室1・2 (住所：小平市小川町2-1325)

定員：先着15名

講師：武田 真さん (武田米穀店)

申込期間：令和8年7月6日(月)～8月31日(月)

問合せ先へ電話またはGoogleフォームから

持ち物：エプロン、三角巾、タオル、水分



学生を対象にした講座です。

講師からお米について学び、実際に炊いてみます。

ごはんの味が変わるかもしれません。

試食後は市内のボランティア活動等の状況をお伝えします。



おいしいごはん(お米)を食べるのが好き

お米の知識を身につけたい

問合せ

小平市社会福祉協議会

こだいらボランティアセンター

☎042-346-1424

✉v-center@syakaifukushi.kodaira,tokyo.jp

お申し込みは  
こちら



主催：小平市社会福祉協議会 こだいらボランティアセンター