



## もっと知りたい みんなのキッチンQ&A

### ■見学することはできますか？

見学希望には随時対応しています(要予約)。実際に場所を見ることで具体的なイメージもふくらみます。みんなのキッチンを利用して、仕事や活動の場を広げた人の体験談が聞ける見学会も開催しています。

### ■どんな利用が可能ですか？

手作りランチで喜んでもらいたい、新しい調理法を伝えたいなど、みんなのキッチンの活用方法は利用する人の想いの数だけあります(中面の実例参照)。みなさんの自由な発想を歓迎します。また地域の人、農家、地元企業などとのコミュニティづくりを進め、「みんなのキッチンが地域でできるコト」の可能性を広げていきます。みなさんの力も貸してくださいね。

### ■ボランティアとして参加できると聞きましたが。

他の人の開催を手伝うボランティア制度があります。薬膳やマクロビなど興味のある催しに参加することも可能です。主催する側の目線で多くのことを学べるのもメリットです。自分で開催する前にボランティアとして参加し、厨房の様子などを確認しておくのもおすすめ。チームを組めるような気の合う人と出会えるのもみんなのキッチンの良さといえます。

## まだまだ進化中 広がる!みんなのキッチン人と食と職の輪!

NEW!

### 地場の野菜を使った健康ランチ、はじまります。

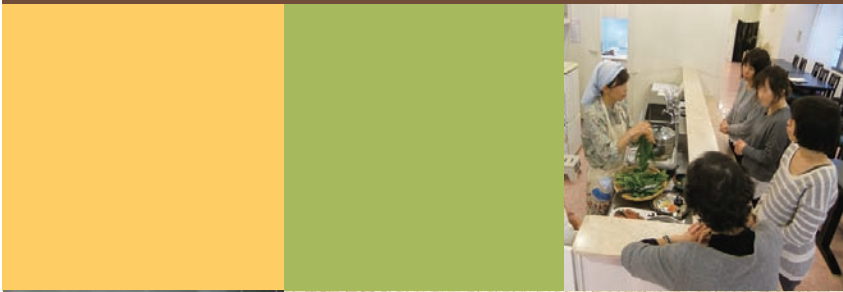
街にもオフィスにも健康と食育を! 食で地域を元気にという人たちが腕をふるいます。



NEW!

### ロクマルサミット 各地で開催中! ～準備は40代後半から着々と～

「60代からは仕事でもボランティアでもない働き方を!」が合言葉。ロクマル世代の新しい生き方、見つけよう!



食べて・語って・仕事生まれる

# みんなのキッチン

## みんなのキッチンは、 「食」をテーマに、さまざまな チャレンジができる場です。

セミナー、イベント、カフェの開催など、食をテーマに、豊かな個性や特技を持つ幅広い年齢層の人たちが生き生きと活動し、仕事を創り出す場です。知識・経験ともに豊富な地域のシニアたちも、元気に能力を発揮できるような場づくりをめざします。



発行 問合せ  
横浜市コミュニティビジネス認定/神奈川なでしこブランド認定  
**みんなのキッチン** Tel.045-944-1714  
横浜市都筑区茅ヶ崎中央36-5 エルドラード横浜 6F  
mail das@wa3.so-net.ne.jp

みんなのキッチン 検索

# 愛と希望のみんなのキッチン

## あなたを応援する3つのサポート

みんなのキッチンは単なるレンタルキッチンではありません。いうなれば応援キッチン。みなさんが持てる力を発揮し想いを実現できるよう、具体的なサポートをしています。

1

駅チカ、厨房付き。  
使い勝手のいい実践スペース  
「みんなのキッチン」



■ 厨房は少人数の調理実習も可能です。

■ 手ごろな広さの60席のホール。目的にあわせてレイアウトも自由自在。マイクやプロジェクターも完備。  
\*みんなのキッチンの利用は有料です。

2

取り組みを掲載し、  
集客をサポート。  
地域コミュニティ紙「みんなのキッチン」



■ 地元に近い紙媒体とホームページやメールマガジンを組み合わせ、幅広い世代に情報発信します。

3

つながりと学びの  
コミュニティ & ネットワーク

交流会などを通して、  
学びあいの場づくり、  
応援しあう関係づくり  
を進めています。



■ ボランティア同士が意気投合して調理チームを結成するなど、さまざまなコラボや新たなチャレンジが生まれています。

私たち、もう  
はじめてます!

### みんなのキッチン 実例アルバム

ランチ



● 農園で育てた自慢の野菜でランチ提供



● 管理栄養士に学び、体質改善ランチに挑戦

勉強会

セミナー



● 家庭でも実践できる薬膳講座を開く

● 味噌づくりで日本の伝統食伝える



食育



● 孫世代とふれあいながら食の大切さを伝える

● 野菜ソムリエの知識を生かして親子クッキング

仕事に一步近づく・広がる



● お店を実際に開く前に1dayカフェで経験を積む



● 企業の商品デモの講師も。活躍の場が広がる!



● スープコンテストに参加して腕を磨く。食のプロや一流シェフの審査を受けられるチャンス!