

# 世界を食べよう!

# タイ



世界各国の料理を作りながら、交流を楽しむ企画「世界を食べよう」。今回はトイサイポーンさんが、おいしいタイの料理を紹介します。会食後に、タイについてのお話もあります。料理を通して、タイの文化に触れてみませんか?



トイサイポーン・アモンラットさん

講師 トイサイポーン・アモンラットさん (ナナさん)

## MENU (予定)

|           |                   |                                      |
|-----------|-------------------|--------------------------------------|
| 魚(サモ)のスープ | “トムヤンブラー”         | Hot and sour fish soup "Tom yum pla" |
| ごはん       | 豚肉ともち米ごはん         | Fried pork and sticky rice           |
| デザート      | ココナツミルクとトクモツのデザート | Thai dessert                         |

※小麦粉・生乳(牛乳)・卵等も使用します。アレルギーへの対応はしていません  
※当日、メニューの変更があるかもしれません

LET'S EAT AROUND THE WORLD, a program where we enjoy cooking while having international communication, will be held in March. This time we'll be cooking some Thailand cuisine. There will be a small talk about the country and culture after the meal. Why don't you join us to experience Thailand culture through its cuisine?

Lecturer Ms. Tongsaiporn Amornrat

MENU Tom yum pla, etc.

\* The meal contains flour, seafood, milk and egg.

\* The menu might be changed when ingredients are not available.

Date Saturday, March 28 10:30-15:00

Location Renjaku Community Center 2F

Capacity First 25 people

Fee 500 yen (pay in advance)

※Please bring your own apron, bandana, dish cloth, and mask.

※Application opens from 9:30am 18th February

「세계 음식문화 체험」은 세계 각국의 요리를 만들어 먹으면서 교류를 도모하는 행사로서 이번에는 타이요리가 테마입니다. 식사 후에 타이에 대한 이야기도 나눌 수 있습니다. 요리를 통해 타이의 문화를 체험해 보시지 않겠습니까?

강사 Ms. Tongsaiporn Amornrat

메뉴 Tom yum pla, etc.

\* 밀가루, 우유, 달걀, 해산물을 재료로 사용합니다.

알레르기가 있으신 분은 주의하시기 바랍니다.

\* 당일 메뉴는 변경될 수 있습니다.

일시 3월 28일(토) 10:30-15:00

장소 렌자쿠 커뮤니티센터 2층

정원 선착순 25명

참가비 500 엔(선불)

※준비물 앞치마, 머리두건, 행주, 마스크

※2월 18일 9:30AM 부터 신청 가능합니다.

3月 28日 土

10:30-15:00

連雀コミュニティ・センター  
2階 料理実習室

定員 先着 25人

参加費 500円 (申込み時・前払制)

持ち物 エプロン、三角巾、マスク

食器拭き用の布巾

申込開始 2月18日 AM9:30より

申込方法 直接または電話、  
協会 HP (<https://www.mishop.jp/>) から

※ 参加費納金時点で、正式申込みとなります  
※ 調理参加される方に限ります。

“品尝世界美食”是一项可以一边烹调世界各国美食，一边进行交流的活动。这次将为大家带来的是泰国的佳肴。在品尝美食之后还有关于泰国的介绍。是一次可以亲身体验泰国文化的绝佳机会。一起来通过美食了解泰国的文化吧!

讲师 Ms. Tongsaiporn Amornrat

菜单 Tom yum pla, etc.

\*料理中含有面粉、鸡蛋、鲜奶(牛奶)和海鲜等。请过敏的朋友自行注意

\*当天,菜单可能会有变化

時間 3月28日(周六) 10:30-15:00

地点 连雀社区中心 2楼

规定人数 先到 25人

参加费 500日元(预付)

※携带物品 围裙、三角巾、擦碗布、口罩

※报名时间从2月18日(周二)

下午9:30开始(提前交报名费)

Access <<連雀コミュニティ・センター>>  
三鷹市下連雀 7-15-4



MISHOPから徒歩10分位

主催 公益財団法人 三鷹国際交流協会 MISHOP  
TEL0422-43-7812 <https://www.mishop.jp/>

みたか こくさい こうりゅう きょうかい

## 公財) 三鷹国際交流協会

### MISHOP って、なんだろう

生まれた国や育った文化の異なる人々が、お互いの違いを認め合いながら共に生活できるまち…。三鷹をそんな多文化共生のまちにしようと、私たち公益財団法人三鷹国際交流協会（愛称：MISHOP ミショップ）は、市民ボランティアや三鷹市と力を合わせながら、さまざまな活動を行っています。

外国籍市民のみなさんを歓迎し、日本人との交流を楽しんでいただくとの思いで活動をスタートしたのが 1989 年。その後、市民のみなさんに国際理解を深めていただいたり、外国籍市民のみなさんの日常生活をお手伝いするなど、取り組みの幅を徐々に広げてきました。

私たちの活動は、国籍を問わず共に考え、行動するすべての市民に支えられています。ぜひ、三鷹のまちの国際化に向けた歩みを MISHOP とともに進めていきましょう。

### 住所 ADDRESS

三鷹市下連雀 3-30-12 三鷹市中央通りタウンプラザ 4 階  
(JR 三鷹駅南口から徒歩約 6 分)

**Mitaka International Society for HOSPitality**  
Mitaka City Chuo-dori Town Plaza 4F,  
3-30-12 Shimorenjaku, Mitaka City, Tokyo 181-0013  
(6 min. walk from JR Mitaka Stn. South Exit)

### What is MISHOP

MISHOP aims to make Mitaka a town of multicultural harmony, where people from different countries with different cultures respect each other and live together. A variety of activities is carried out through the joint efforts of citizen-volunteers and the City of Mitaka.

MISHOP was founded in 1989 to welcome foreign residents and help them enjoy exchange with Japanese people. Since then, MISHOP has expanded its activities to promote citizens' international awareness and to assist non-Japanese residents in their daily lives.

We welcome anyone who enjoys thinking and acting together, regardless of their nationalities.

Join MISHOP to make Mitaka City truly international.

