

プロの料理人と僧侶による
調理実習のない
まるで食事会のような
新しいかたちの料理教室です

JAPANESE BUDDHIST VEGETARIAN COOKING

こころを豊かにする 精進料理教室 「食を通じて仏教を学ぶ」

全4回 各回個別申込

夏 2023年6月3日(土)

秋 2023年9月9日(土)

冬 2023年12月2日(土)

春 2024年3月9日(土)

参加費 各6,000円

定員 30名

時間 17:00-19:00(開場16:30)

場所 仏教伝道センタービル

東京都港区芝4-3-14(JR田町駅三田口より徒歩8分
または地下鉄各線三田駅A9出口より徒歩2分)

開催内容の詳細と

各回担当講師の紹介は裏面

または公式サイトにて

料理経験一切不問 初心者大歓迎

主催 公益財団法人仏教伝道協会

東京都港区芝4-3-14 <https://www.bdk.or.jp> 03-3455-5851(代) event@bdk.or.jp

概要

季節毎計4名の僧侶を講師にむかえ、三田菩提樹 料理長の境田氏との特別コラボレーションをお楽しみいただける新しいかたちの料理教室です。前半は各回担当僧侶監修の精進料理レシピを、境田料理長の調理デモンストレーションから学び、僧侶による「精進料理」についてのお話や各宗派の食事作法の解説・実践、椅子坐禅などなど毎回こととなる内容のお話やアクティビティーをご用意。後半は学んだレシピを含む季節の創作精進料理コースを菩提樹よりご提供。いのちの大切さを再認識しながら味わっていただきます。

※調理デモンストレーション時は必ずマスクの着用をお願いします。食べ物、飲み物等のお持ち込みはご遠慮ください。

お申し込みについて

- 公益財団法人仏教伝道協会公式ウェブサイトにて事前のご予約、お支払いが必要です。
- 食材の調達都合上、各回開催日の1週間前までにお手続きをお願いします。
- 諸事情により各回の開催日程、内容、参加費等が変更になる場合がございます。
- 参加費のお支払いは、事前にクレジットカード決済または銀行振り込みをお願いします。
- ご入金後のお客様都合のキャンセルによる返金はできませんので予めご了承ください。

※お料理・お飲み物の提供方法など各回により対応がことなる場合がございますので詳細は当協会公式Facebook、Instagram、LINEなどで最新情報をご確認いただくか各回ごとにお問い合わせをお願い致します（お問い合わせ先： event@bdk.or.jp または 03-3455-5851 まで）

講師紹介

調理指導 全4回



境田 剛樹
Mr. Goki Sakaida

さかいだ・ごうき 中国料理「三田菩提樹」料理長。17歳の時に調理人を志し、数々の名店、一流ホテルで中国料理の腕を磨く。その後念願だった自分の店を銀座にオープンし、独自の割烹中国料理のスタイルを確立した。2022年4月に菩提樹の料理長に就任。洗練された身体にやさしい料理でお客さまを魅了し続けている。

夏 Summer 6.3 Sat. 5-7pm



飯沼 康祐
Rev. Koyu Iinuma

いいぬま・こうゆう 天台宗福昌寺副住職。19歳の夏に比叡山延暦寺で出家得度。大正大学在学中に食を通じた布教を志す。卒業後、都内飲食店で料理修業をしながら調理師免許取得。現在、お寺を中心に各地で精進料理会を開催している。2013年の「ダライ・ラマ法王と若手宗教者100人の対話」でも料理を振舞う。著書『簡単！お寺ご飯 心もカラダもきれいになる』シリーズ(徳間書店)も好評発売中。

秋 Fall 9.9 Sat. 5-7pm



澤田 珠音
Rev. Shuon Sawada

さわだ・しゅおん 臨済宗国泰寺派辰口寺住職。一般企業での勤務時代を経て2012年に京都にて出家。天衣寺尼衆専門道場にて修行。現在、臨済宗青年僧の会オンライン坐禅会にて坐禅指導を担当。オリジナル精進料理のレシピをウェブマガジン『ZENzine/禅人』や自身のYouTubeチャンネル『おんさんの精進ごはん』にて連載中。

冬 Winter 12.2 Sat. 5-7pm



緑川 明世
Rev. Myosei Midorikawa

みどりかわ・みょうせい 天台宗僧侶。全日本仏教尼僧法団 会員。国際仏教文化を学ぶ会 役員。1989年天台宗比叡山行院にて四度加行を受け僧侶となる。写経、座禅、精進料理など仏教文化の体験を通し、心身を健やかに育む仏教的な生き方を紹介している。マクロビオティック リマクッキングスクール師範科終了。調理師免許を取得済み。

春 Spring 3.9 Sat. 5-7pm



浅尾 理昌
Rev. Risho Asao

あさお・りしょう 浄土真宗高田派常國寺衆徒。1998年～2010年まで「私の食卓」の編集に携わる。2006年E-クッキング幹事となり、幅広い世代に向け食育料理教室や高齢者の健康料理教室、大学生の食生活や健康についての食事相談等をおこなう。2014年浄土真宗高田派本山専修寺にて得度。京都「東林院 添菜寮」西川玄房尊住に師事。管理栄養士としても活躍中。