

こうえきざいだんほうじん 公益財団法人 こうとうくぶんか 江東区文化コミュニティ さいだん 財団

こうとうくそうこうくみん 江東区総合区民センター

ちょう り しつ 調理室 の ご 案内 あん ない

Kitchen Guide

- ちょうりしつりょう 調理室利用の あんない 案内 と ねが お願い
- ちょうりしつ 調理室 みと 見取り す 図
- ちょうりきく 調理器具 と びひん 備品
- ちょうりだい 調理台の すんぼう 寸法
- れいそうこおよ 冷蔵庫及びオーブンの サイズ

▼こちらからも本データをダウンロードできます



お問い合わせ

こうとうくそうこうくみん 江東区総合区民センター TEL : 03-3637-2261

2026年4月

調理室利用のご案内とお願い

総合区民センター調理室をご利用いただきありがとうございます。

下に書いてある内容に注意してご利用くださいますよう、お願いいたします。

●調理室を利用する前と、利用が終わった時

利用する前に総合区民センター2階事務所に来てください。その後、鍵を開けます。

また「調理室利用後のチェックリスト(Checklist After Using the Kitchen Room)」を受け取り、

利用した後、事務所に提出してください。

●包丁

総合区民センター2階事務所で貸出します。使った後は洗って**完全に水気をふき取り**

数を確認してください。ケースごと事務所に戻してください。

●ガスの元栓

各調理台のガスコンロの足元にあります。使った後は、元栓を閉めてください。

●生ゴミと使った後の油

ゴミは原則持ち帰りですが、流し台の近くに生ゴミ用の「バケツ」と使った後の油を捨てるための「缶」

がありますので、そのバケツに入る量の生ゴミ、油のみ捨てられます。ただし、そこに入りきらないゴミ

は必ず持ち帰ってください。

●温水器

冷蔵庫向かいの柱にスイッチがあります。「運転」のスイッチを入れると全ての調理台でお湯が出ます。

温度を変えることもできます。使った後はスイッチを切ってください。なお、使い始めはお湯になるま

でに時間がかかります。

●^{でんげん}電源

コンセントは各調理台に付いている電源を使ってください。

壁側のコンセントをたくさん使うとブレーカーが落ちることがあります。

調理台ひとつにつき、20 アンペアが最大です。各調理台のコンセントで、同時に 2台の電気機器を使うと、ブレーカーが落ちる場合があります。電気機器のコンセントはわけて使ってください。

●^{かんきせん くうちよう}換気扇と空調

換気扇は、いつも動いています。換気扇を止めたい場合は、事務所(内線9番)に連絡してください。

空調は、調理室の入口近くと冷蔵庫の横にスイッチがあるので、調整できます。

●^{ちようりびひん きぐ}調理備品や器具

すべてきれいに洗い、きれいなふきんでふいてから元の場所に**戻し棚の扉を閉めてください。**

2階事務所から貸し出した器具は、事務所までもどしてください。ただし、木でできた器具は

水気を完全に取るため、窓側の金属シェルフで乾かしておいてください。

●^{ふきん}ふきんなど

台ふきん、ふきん、ごみ袋は自分で持ってきてください。

●^たその他

・予約した施設利用時間内で、準備と片付けをしてください。終わったら、部屋の中と器具は、全て元の

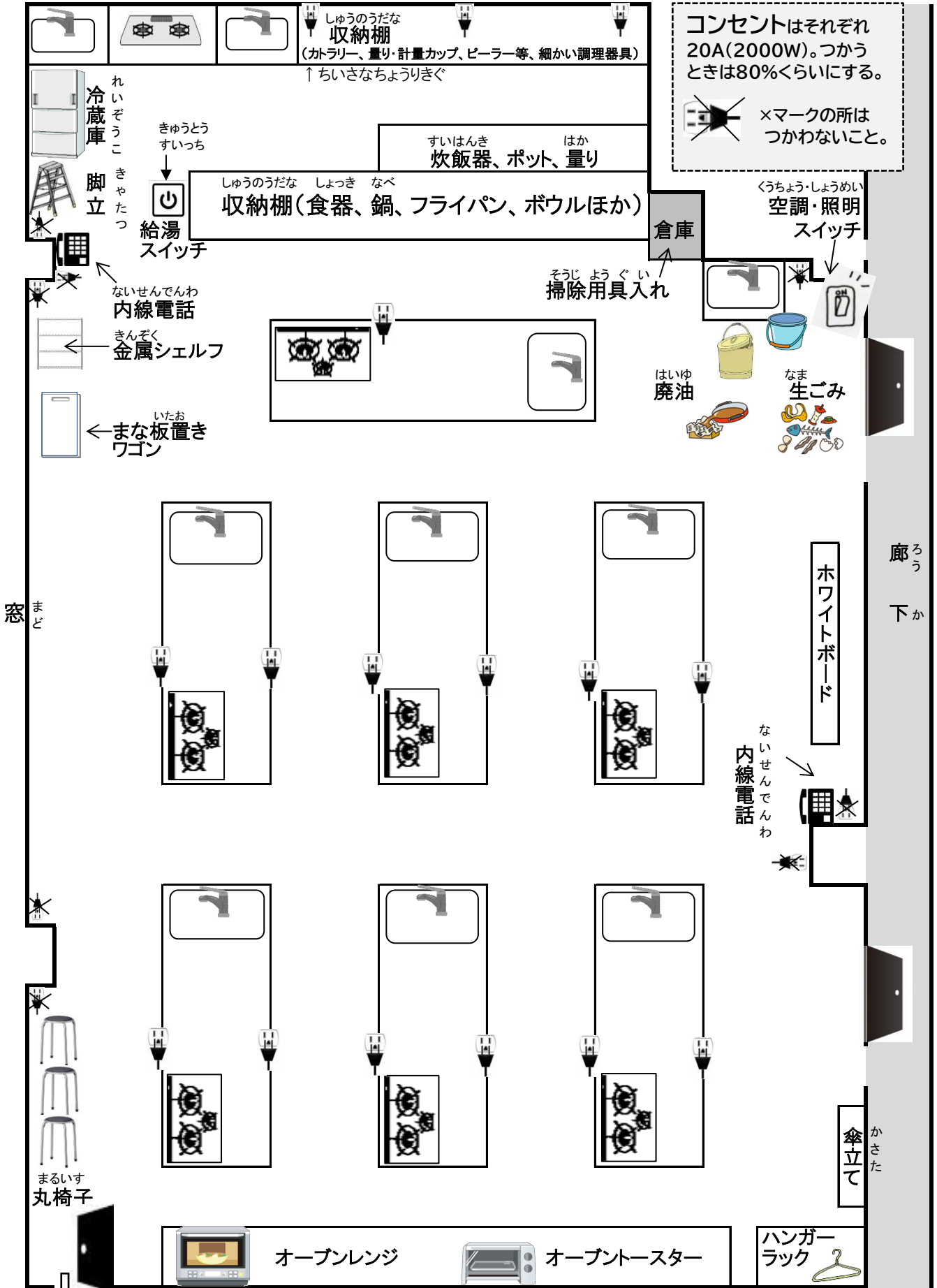
通りにしてください。冷蔵庫・野菜室・冷凍庫も、全て元の通りにしてください。

・一部の棚は、予備の食器や器具収納のため使えません。

お願い 食器を割った場合や器具が故障したときは、必ず事務所に知らせてください。

(内線9番)。

調理室見取り図



コンセントはそれぞれ
20A(2000W)。つかう
ときは80%くらいにする。

×マークの所は
つかわないこと。

第3研修室 (だい3けんしゅうしつ)
※別途、施設予約のうえ、
利用料金がかかります。
※よやくがひつようです(べつりようきん)

かくちようりだい きぐ
【各調理台にある器具】
・ガスオープン
なべ てんぱんとりだ よう とつ て ひき だし
・鍋つかみ、オープン天板取出し用の取っ手→引き出し

調理器具・備品

- ☆印がついている物は取扱説明書があります。ファイルに入っているので参考にしてください。
- 数が書いていないものは、調理卓の数（7台）と同じ数（7つ）があります。
- 変更がある場合があります。詳しいことは事務所にお問合せください。
- リストにない調理器具については事務所にお問合せください。

	名前	備考
	冷蔵庫（日立R-G6200D XS型 2014年製）	1台 内容積（冷蔵室216ℓ、野菜室83ℓ、冷凍室66ℓ）
☆	ガスオープン（コンベック リンナイRBR-S14C）	7台 各調理台に備え付け
☆	オープンレンジ（パナソニックNE-M251）	7台 調理室後方の棚（天板は事務所より貸出）
☆	オーブントースター（パナソニックNT-T40/NT-T501）	7台 調理室後方の棚
☆	炊飯器	8台 収納棚後ろ・長机（1升炊き：2台、5合炊き：6台）
	まな板	14枚 まな板立て（ワゴン）
	包丁セット	16本入り ※事務所にて貸出します。

なべ・フライパン・やかん類

	名前	備考
	雪平 片手なべ（大・中・小）とフタ	大Φ21cm、中Φ18cm、小Φ15cm
	雪平 両手なべとフタ	Φ24cm
	ステンレス鍋	Φ36cm 1つ
	寸胴なべ	Φ28cm
	アルマイト両手なべ（大・中・小）とフタ	
	アルマイト両手なべ（特大）とフタ	Φ36cm 1つ ※事務所にて貸出します。
	親子丼なべ	Φ16cm
☆	圧力なべ（T-fal）	容量：6ℓ 内径Φ22cm
	フライパン（大）とフタ	Φ28cm
	フライパン（中）	Φ24cm
	フライパン（小）	Φ20cm
	卵焼き器	縦17cm 横12cm
	中華なべ	Φ33cm
	中華せいろ	Φ内径26cm Φ外径30cm
	やかん（大・小）	容量：（大）2ℓ（小）1ℓ 各2つ
	ポット（象印 ガラスマホービン）	容量：1.9ℓ 4つ

ボウル類^{るい}

名 前	備 考
ステンレスポール	Φ20cm～Φ41cm
泡だて用深ボール	
クッキングボウル（黄色プラスチック）	13.5cm×8cm×深さ6cm
ガラス スタックボウル	サイズ各種
耐熱性クリアボウル	13個 Φ21cm ※事務所にて貸出します。

ざる類^{るい}

名 前	備 考
ざる（ステンレス 大・中・小）	
片手付きざる（ステンレス）	
平ざる（竹製）	
粉ふるい（ステンレス製）	※事務所にて貸出します。
うらごし器（竹製わく曲げわっぱ）	
バット（大・中・小）	
アルミトレー	
角おぼん	銀色30cm×35cm

はかり類^{るい}

名 前	備 考
デジタルホームスケール（2kg）	※事務所にて貸出します。
上皿はかり（4kg、500g）	4kg 2台、500g 4台
計量スプーン（大さじ・小さじ）	
計量カップ（200cc、500cc、1ℓ）	

調理用具^{ちようりようぐ}

名 前	備 考
おたま	
穴あきおたま	
横口レードル（横口おたま）	
揚げカスすくい	
フライ返し（細長、四角型、斜め型）	
ゴムべら	
木べら・カレー用木べら・穴あき木べら	

ちょうりようぐ
 調理用具

名 まえ	備 考
しゃもじ (プラスチック)	
菜箸 (長・短)	
泡立て器 (大・中・小)	
トンブ	
落としふた	Φ24cm
レモン絞り器	
おろしがね	
ピーラー (野菜皮むき器)	
せんぬ 栓抜き	
かんき 缶切り	
ちやく 茶漉し	
キッチンバサミ	
ほねぬ 骨抜き	
スライサー	
キッチンタイマー	
はんたい (すし桶)	※事務所にて貸出します。
まきす	※事務所にて貸出します。
すり鉢 Φ30cm×7個	※事務所にて貸出します。
すりこぎ 34cm×7本・28cm×6本	※事務所にて貸出します。
めん棒	※事務所にて貸出します。
かんてんなが 寒天流し型	※事務所にて貸出します。
ケーキ焼き型 丸型 (底抜けタイプ)	※事務所にて貸出します。
ゼリー型・エンゼル型	※事務所にて貸出します。
☆ フードプロセッサー (パナソニックMK-K80P-W)	※事務所にて貸出します。
☆ ジューサーミキサー (パナソニックMJ-M31-G)	※事務所にて貸出します。
ハンドミキサー	※事務所にて貸出します。

カトラリー類^{るい}

名 まえ	備 考
はし 箸	ぬり 塗はし
フォーク (大・小) ^{だい しょう}	
スプーン (大・小) ^{だい しょう}	
デザート用 ^{よう} ロングスプーン	
ナイフ	
レンゲ	

食器類^{しょっきるい} *和皿^{わ ざら}

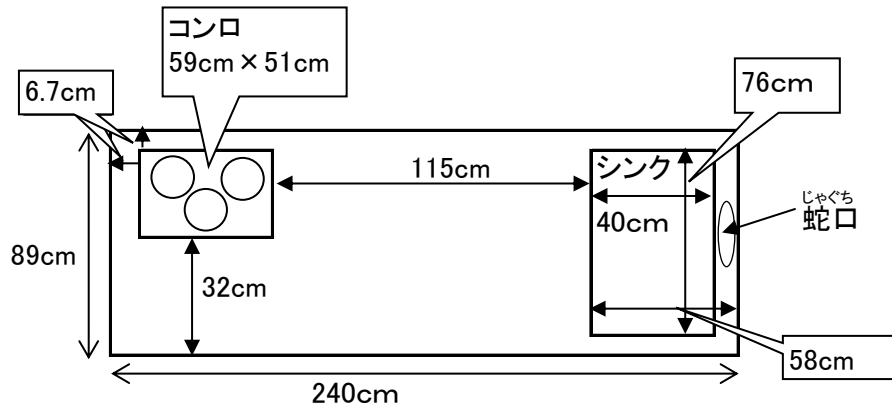
名 まえ	備 考
ごはん ^{ちや} 茶わん	
おわん	
ゆ ^{ちや} 湯のみ茶わん	
きゆうす 急須	
どんぶり (ふたつき)	
どんぶり (黒) ^{くろ}	
こぼち (小) ^{しょう}	
こぼち (中) ^{ちゆう}	
にもの 煮物ばち	
まるわざら 丸和皿	
まるざら 丸皿	
や ^{ぎかな} ぎかなようかくざら 焼き魚用角皿	
ちやわん ^む む ^{よう} よう 茶碗蒸し容器	
しょうゆ ^{こざら} 小皿	

しょっきるい 食器類 * 洋皿・中華皿

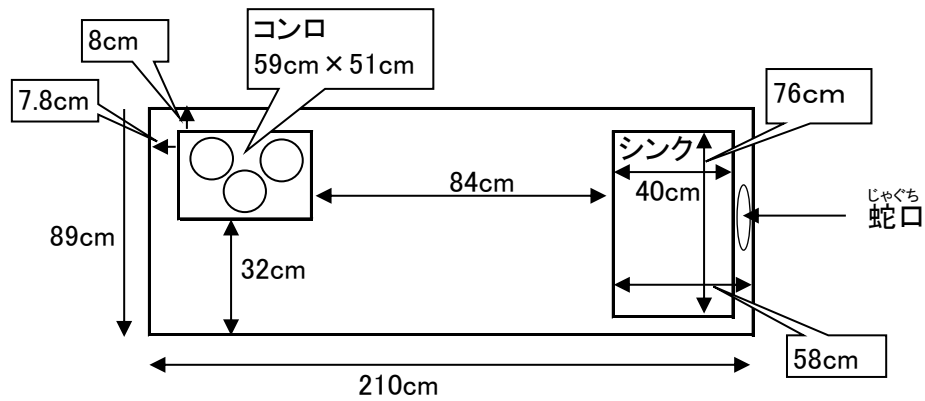
名 まえ	備 考
ようざら 洋皿 (特大円形、楕円形) よくだいえんけい だえんけい	
ひらざら 平皿 (大・中) だい ちゅう	
スープ皿	
ケーキ皿 (大・小 無地) だい しょう むじ	
スープ皿 (大・中・小) だい ちゅう しょう	
ステンレス製 楕円皿 せい だえんざら	
グラタン皿 (楕円) ざら だえん	9cm×15cm
ガラス大鉢 おおばち	
ガラス小鉢 こばち	
耐熱ガラス パイ皿 (パイレックス) たいねつ ざら	
プルエース (ガラス製定つきデザート皿) せいあし ざら	
コーヒーカップとソーサー	
スープカップ	
ガラスコップ	ようりよう : まんすいやく 容量 : 満水約170ml
中華皿 ちゅうかざら	ろっかく ほうおう 六角・鳳凰
ラーメンどんぶり	

調理台の寸法

しょうめん 正面 デモンストレーション用調理台 (師範台)



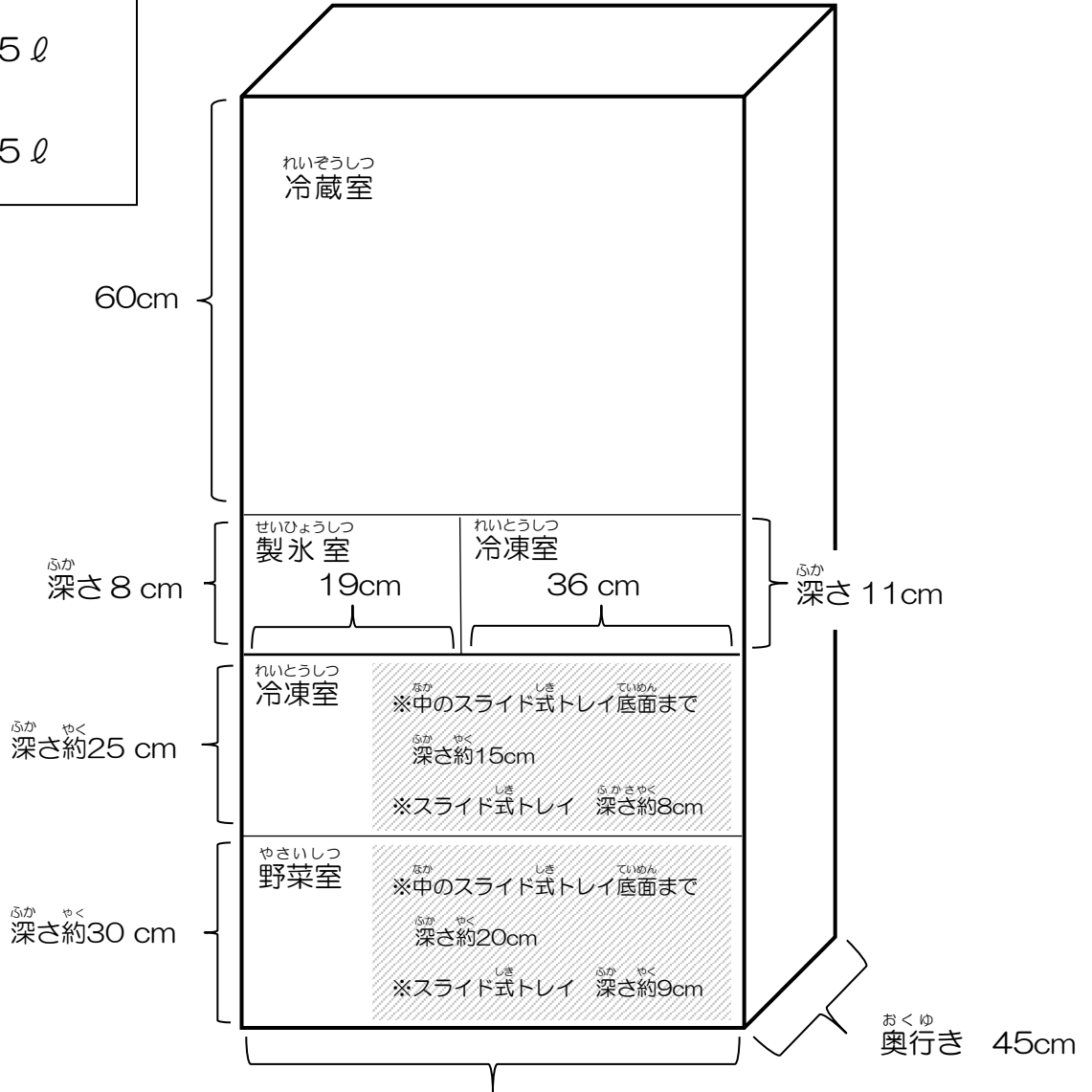
だい ちょうり だい 6台の調理台



- * 各調理台にガスオーブン設置
- * 電子レンジ 7台 (調理室後方)
- * オーブントースター 7台 (調理室後方)

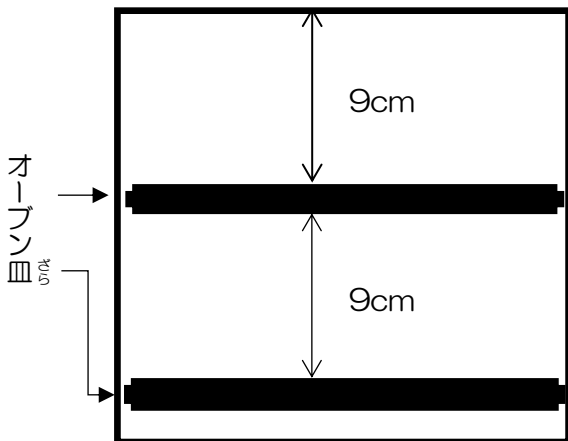
れいぞうこ
冷蔵庫とオーブンのサイズ

ぜんたい 全体	620ℓ
れいぞうしつ 冷蔵室	435ℓ
れいとうしつ 冷凍室	185ℓ

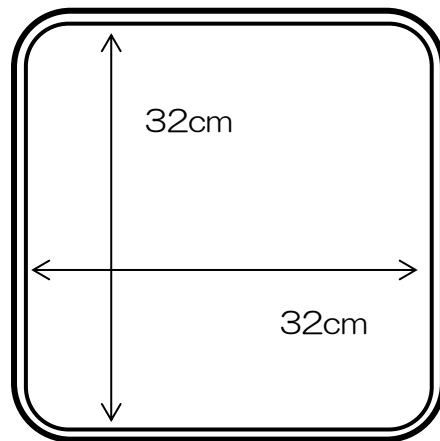


61cm

かくちょうりたく
各調理卓のガスオーブン



オープン庫内 (2枚)



オープン皿