

第5回目

子どもの
根っこを
育てる食育講座

作る

親

子

で

ク

ツ

キ

ン

グ

食べる

し

よ

う



幼児期は“身体・嗜好・食習慣”を作る大事な時期です。

今回は旬の無農薬野菜や無添加の調味料を使って、食の大切さを学びながら、お子さんと一緒に楽しくクッキングをします。シンプルだけどおいしい！こねたりつぶしたり楽しい～！体に優しい！そんな献立を考えていますので、お楽しみに♪
大人1人分強の量ですので、お子さんと一緒にランチがてらどうぞ。

日時 1月30日(日) 午前10時～11時30分

※開場、受付は20分前から開始します。

会場 大口町中央公民館
(図書館) 2階調理室
(大口町伝右一丁目47)

講師 のいちご共同保育所
大竹理恵氏
(管理栄養士・保育士)

対象 2歳以上のお子さんとその親、
または大人
※2週間前に空きがある場合
大人の方のみの参加もOKです！

定員 先着20組

参加費 親子1組 1,500円
(保険代、材料代込み)

持ち物 エプロン、三角巾、お手ふきタオル、
空のお弁当箱(食器代わりにします。
余ったらお持ち帰りもできます。)

★メニュー★

- ★前菜、おからサラダ、肉まきポテト、大根葉のおにぎりの計4品(仕入れによりメニューが変更になる場合もあります。)
- ★砂糖、卵、バターを使わない?! 体に優しいクッキー
- ★三年番茶 … 三年以上生育したお茶の木からとった葉を、焙煎したもので、身体が温まり、カフェインが少ないので小さなお子さんにも安心です。

ちよこっと嬉しいお土産つき♪

* 参加について *

参加対象年齢は目安です。参加されないご家族の入室は可能です。また、小学生以上のお子様だけの参加希望の方はご相談に応じます。親子参加が基本ですが、大人の方にも喜んでいただける講座ですので、開催日2週間前の時点で定員に空きがある場合は、大人の方のみの参加も受け付けます。

募集

ボランティアスタッフ同時募集します♪
根っこの会の当日の託児スタッフ、運営スタッフなど一緒にやってみませんか?
興味のある方はお気軽にお問合せください。
未経験者OKです♪
kodomonekko@ybb.ne.jp まで、メールにて、お問い合わせ下さい。

* 申込み先 *

大口町 まかせてネット

1月6日(木)～1月26日(水) 月～土の10時～12時、13時～16時(祝日除く)

0587-22-6642

企画・運営 子どもの根っこを育てる会
大口町元気なまちづくり事業