



市制60周年（合併5周年）記念事業

ひとひと
せと男

さんかくセミナー

父と子の料理教室

～パパと作るおやつとランチ～



ママがお出かけの時、病気の時、食事に困ったことはありませんか。
食事作りは、ママだけがやることじゃないよ。パパも同じように作れるといいよね。
簡単なおやつとランチをお子さんと一緒に作ってみませんか。初めて料理を作るパパでも大丈夫。
栄養士さんがやさしく教えてくれます。

連続講座

※ 3回連続して受講していただく講座です。

	開催日時	テーマ	講師
1回	8月21日(土) 10:00～12:00	パパから子どもに食育を	関市保健センター 管理栄養士 板屋智子
2回	8月28日(土) 10:00～12:00	簡単なおやつを作って食べよう	関市保健センター 管理栄養士 井上裕子
3回	9月4日(土) 10:00～12:00	簡単なランチを作って食べよう	関保健所管内地域活動栄養士会 栄養士 孝森千代子

《会場》 わかくさ・プラザ「学習情報館2階・料理実習室」

《対象》 市内在住の男性保護者と小学生(子どもは2人まで)で3回とも受講可能な方

《持ち物》 エプロン、三角きん、マスク(1回目は不要)

《定員》 15組(申し込み順)

《参加費》 無料

《申込方法》 ①男性保護者の氏名 ②子どもの氏名 ③子どもの年齢
④住所 ⑤電話番号 を下記の申込先へ電話。(申し込みの際にお聞きした情報は、「父と子の料理教室」以外には使用しません。)

《申込開始日》 8月3日(火)から

《申込先》 まちづくり推進課 ☎23-6831

