

もみじ台管理センター主催
月イチ☆ヒロバ&子育て世代向け

秋の親子

oyako cooking クッキング教室

メニュー

ツナとお豆のカレー飯
コールスローサラダ
3色ミルクだんご

今年の親子クッキングは **秋** に開催します！
手軽でかんたんに作れるので料理をしたことがない
お子さんでも大丈夫！野菜も栄養もたっぷりの
メニューです。いっしょに作ってみませんか？

※使用する食材には「卵、乳」が含まれています。
※食物アレルギー対応は行っておりません

2026年 **10月31日(土)**

時 間 ①10:00～11:30 ②12:30～14:00 どちらか1回♪

講 師 厚別区食生活改善推進員協議会 (通称: 食改さん)
しょっかい

会 場 もみじ台管理センター2階実習室

対 象 年長～小学6年生のお子さんと保護者

定 員 各回 8組

参加費 1組 1,000円

※お子さん1名追加につき +300円

※年中以下のお子さんが付き添う場合は申込時に年齢をお知らせください

持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル

申込み もみじ台管理センターへお電話ください ☎011-897-7431

10月7日(水) 9時～受付開始です！

食改さんとは
「私たちの健康は私たちの手で」
をスローガンとし
元気で長生きする健康な
まちづくりを推進する
ボランティアです！

