



子どもクラブ / 地域でまなぼう！食育講座いただきます

キッズ クッキング クラブ

「自分でごはんがつかれる！」を体験してみよう

活動日時・メニュー（全5回）時間はいずれも10:30～13:00

①7.26(土)
朝ごはんを
つくろう！
▶お米バーガー
▶カラフル野菜スープ

②8.23(土)
夏野菜を
食べよう！
▶夏野菜キーマカレー
▶ゆで卵

③9.20(土)
郷土菓子をつくろう！
▶しとぎもち

④10.18(土)
お弁当をつくろう！
▶きくらげと豚肉のねぎ塩ソース
▶メキシカンポテト

⑤12.20(土)
りんごを使った
料理をつくろう！
▶あっぷる豚シチュー
▶あっぷるピザ

対 象

▶上記全5回の活動をすべて受講できる
市内在住または通学している小学3年生～6年生
16名 ※申込多数の場合は抽選で決定します

申込方法

▶6月19日(木)までに
①氏名 ⑤保護者氏名
②よみかた ⑥電話番号
③住所 ⑦食物アレルギーがある場合は
④学校名・学年 その品目(アレルゲン)
をEメールまたは電話でお知らせください。

申込・問合せ先

▶弘前市立中央公民館「キッズクッキングクラブ」係
Eメール: chuoukou@city.hirosaki.lg.jp
電 話: 0172-33-6561

会 場

▶弘前文化センター3階 調理実習室

受講料

▶2,800円(5回分/食材費・消耗品費)
※欠席の回があった場合でも返金できません

講 師

▶弘前市食生活改善推進員のみなさん

持ちもの

▶エプロン、三角巾(バンダナ)、ふきん(タオル)、
筆記用具

▶保護者の見学や参加は
できません。
▶作った料理の持ち帰りは
原則できません。



申込メールは
こちらから

主催 弘前市立中央公民館