おやこの食育教室
親子でクッキング

～クリスマスにぴったりな料理を親子で作ってみよう♪～

日 時

12月1日(日)

9:15～12:15　※9:00受付開始

メニュー

- **餃子ピザ**
- **カップサラダ**
- **卵と野菜のコンソメスープ**
- **ミルク寒天**

日 程

1　開会式
2　栄養講話（子ども向け）
　①紙芝居
　「じゃがいもへんしーん！」
　②「たべもののなかま」
　③「からだの中のとけい」
3　調理
4　試食

●ところ
さんぽく会館（調理実習室、集会室）

●対象
保育園年長～小学校６年生の子どもとその保護者

●募集定員
親子８組　※応募が多数の場合は抽選で決定します。

●参加費
１組　５００円　※当日受付で徴収します。

●持ち物
エプロン、三角巾、マスク

問 合 せ

山北教育事務所
（さんぽく会館内）

TEL：７７－３７９８
FAX：７７－３９５２

主催：山北地区公民館　　共催：食生活改善推進委員協議会

申込方法は裏面　→

山北教育事務所　宛

親子でクッキング　参加申込書（１１月１８日　〆切）

子ども氏名①	ふりがな	学年・組	
子ども氏名②	ふりがな	学年・組	
保護者氏名	ふりがな	電話番号	
住所	〒　　村上市		
※その他　アレルギー等あればこちらにお書きください。ただし、アレルギーの代替え食材はありません。			

◇申込方法◇

次のいずれかの方法でお申し込みください。
１組あたり、最大３名まで（子ども二人、保護者一人）お申込みいただけます。

◆フォームから申し込む

スマートフォンで下記のＱＲコードを読み込み（又はパソコン等のブラウザにＵＲＬを入力）、フォームを表示し、必要事項を入力して送信してください。

★申込フォームＵＲＬ

https://www.city.murakami.lg.jp/ques/questionnaire.php?openid=467

★申込 QR コード

◆さんぽく会館窓口又はFAXで申し込む

チラシ表面下部の参加申込書に必要事項を記入し、さんぽく会館窓口に提出していただくかＦＡＸでお送りください。

★さんぽく会館　　村上市府屋 177 番地 1
★ＦＡＸ番号　　77-3952（さんぽく会館）

◆メール又は電話で申し込む

メール本文に「親子でクッキング申込」と記載いただくとともにチラシ表面下部の参加申込書への記載事項を入力して送信していただくか、電話で参加申込書への記載事項をお伝えください。

★メールアドレス
s.manabi@city.murakami.lg.jp
★電話　　0254-77-3798（さんぽく会館）