



学べるクッキング

～野菜を使った魔法のレシピ～



本当に野菜嫌い？食べず嫌い？匂いが嫌い？本当は大好きかも！

そんな発想の転換をしながら、体に大切な野菜の栄養を学び、魔法のレシピをゲットしませんか。こどもにも大人にも学びがいっぱいのクッキングです🍴

月日 令和 7 年 11 月 22 日(土)

時 間 午前 10 時～正午（受付開始 9 時 40 分～）

場 所 山南住民センター 2 階 調理室

講 師 丹波市福祉部こども福祉課 足立 真澄 栄養士

対 象 小学生・保護者

定 員 20 名

参加費 こどものみ：ひとり 300 円（お釣りが要らないようご準備ください）

持ち物 エプロン・三角巾・マスク・飲み物・タオル

その他 実習中はマスク着用のご協力をお願いします。

●アレルギーがある場合は事前に児童館までご相談ください。

フライパンで野菜いっぱい！
チーズタッカルビをつくろう。
炊き立てごはんも🍚



野菜の栄養・野菜の不思議
クイズもあります。
お楽しみに！



【申込方法】 申込期間：10 月 25 日(土)～11 月 15 日(土)

- ・申込フォームよりお申込ください。受付は先着順です。
申込 URL: <https://logoform.jp/f/GN3nO>
- ・チラシは各住民センター、各子育て学習センター、
社会福祉協議会各支所、こうがやま児童館に設置しています。
- ・お問い合わせ 丹波市立こうがやま児童館 ☎82-8620

＼申込フォーム／

