

おやこで クッキング♪



～からだよろこぶやさしい豆腐どんぶり～

親子で一緒に、つくること食べることを体験し楽しい時間を過ごしましょう♪
 今回は、からだにやさしい「豆腐どんぶり」に挑戦します♪
 普段、子どもに料理をさせてあげたいけれど、なかなか難しいと感じている保護者のみなさん、
 ぜひこの機会に親子でご参加ください♪
 また、子育てについての喜びや気になることなど、みんなで気軽にお話ししましょう♪



料理体験はいいことがいっぱい♪

- ・ 自然にコミュニケーションが生まれ、絆が深まります
- ・ 食への興味や関心が高まります
- ・ 感謝の気持ちが育ちます
- ・ 達成感を感じ、自信につながります
- ・ みんなで作って食べることで楽しさも広がります

★せいよの食材を使った イチ押しメニュー★

- ・ 豆腐どんぶり
- ・ 味噌汁
- ・ 和え物
- ・ デザート



毎週金曜日は
西予市地産地消の日♪



- 日時 令和8年 **6月27日(土)** 9:30～13:00 (受付 9:10～)
- 会場 宇和地域づくり活動センター (西予市教育保健センター) 1階 調理室、和室
- 対象 市内の年中(4歳児)から小学6年生までの子どもと保護者 (先着 10組程度)
- 講師 西予市役所 栄養士 大崎 順子
- 準備物 **お米** (親子で1合) 飲み物、参加費、マスク、エプロン、三角巾、タオル等
 *必要に応じて、子ども用のスプーンやフォークをお持ちください
- 参加費 子ども 300円、大人 500円
 *当日欠席される場合は事前にご連絡ください。連絡なく欠席された場合は、
 全額負担していただく場合があります
- 申込み 申込みQRコードを読み込み、必要事項を入力し送信ボタンを押してください
 申込み URL : <https://forms.gle/33Kza2aETwoNxJq57>
※ 申込受付開始 : 6月1日(月) 午前 8:30～



QRコード

※ 活動中の万一の事故等は、全国共済農業協同組合連合会イベント傷害共済の補償保険で対応します。

<問い合わせ先>

西予市教育委員会まなび推進課 せいよ家庭教育・子育て応援グループ
 TEL 0894-62-6415 FAX 0894-62-6564 E-mail manabisuishin@city.seiyo.ehime.jp