

基本の「キ」！ ひとり親ファミリークッキングDAY

9.23 火・祝
10:30-13:30

会場
もりおか女性センター生活アトリエ
(フラザおでって 5階)

対象・定員

ひとり親(またはその状況に準ずる状況にある方)
とその子ども(小学生) 先着8組

※託児付(6か月～未就学児) 先着4人 託児無料・要申込

講師

佐藤 満子^{さん}
(料理研究家)

メニュー

- ①ハンバーグと野菜の煮込み
- ②えびとコーンのサラダ
- ③フルーツの牛乳寄せ
- ④わかめと豆腐のみそ汁
- ⑤ごはん

を親子一緒に作ります。
出来たら、みんなで味わい
ましょう。

※食物アレルギーが心配な方は
メニューをご確認ください。

当日はテトラパック^株さんより
お土産付があります♪

当日の持ち物

- ・エプロン
- ・三角巾
- ・筆記用具

- ・うわばき
(子どものみ)

申込



8月25日(月)
10時から
先着順に受付

※受講申込時にお預かりする
個人情報は受講者名簿の作成
及び、必要な連絡以外の目的
には使用いたしません

※記録・HP掲載のため講座風景を撮影します。予めご了承ください。

※当日、ご記入いただくアンケートは、共催者である全国女性会館協議会および日本テトラパック株式会社に提供
します。あらかじめご了承ください。



親子・子どもクッキングで
シングルペアレントを応援事業



問い合わせ

もりおか女性センター

〒020-0871 盛岡市中ノ橋通1-1-10 フラザおでって5階

☎ 019-604-3303

主催：盛岡市、もりおか女性センター

共催：全国女性会館協議会 日本テトラパック株式会社