

保育付き！子育てママ・パパ料理教室

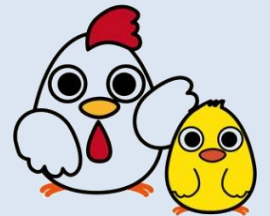
JA横浜では子育て世代のお母さんやお父さんを対象に「保育付き！子育てママ・パパ料理教室」を開催します。未就学児をお預かりして、またお子さまが幼稚園や保育園に行っている間に料理教室に参加したいお母さん・お父さんにも参加いただけます。皆様のご参加をお待ちしています。

- ◆ 開催日・場所 9月27日(火) クッキングサロン ハマツ子
(横浜市営地下鉄「センター北駅」徒歩1分)
- ◆ 開催時間 10時00分～14時00分
- ◆ 料理講師 料理研究家 加治屋 美保 さん
- ◆ 料理内容 “スピードクッキングでバランスごはん”

スピードクッキングでバランスごはん

- ・お野菜たっぷりピラフ
お米、鶏もも肉、にんじん、玉ねぎ
マッシュルーム、冷凍枝豆、塩
- ・季節のお魚のカレームニエル
季節のお魚、小麦粉、カレー粉
パセリ、レモン、塩、こしょう
- ・小松菜とコーンのスープ
小松菜、玉ねぎ、コーン缶、コンソメ
塩、こしょう
→翌日はひと手間加えてスピード朝ごはんへ
リメイク！（実習なし）
- ・カルピスフルーツゼリー
カルピス、粉ゼラチン、季節の果物

食育講話
付き



- 保 育 担 当 JA横浜助けあい組織「たすけ愛の会」会員
東京家政学院大学 現代生活学部 児童学科(田尻さやか助教・学生)
- お 子 さ ま 対 象 年 齢 1才～4才 ※お子さま2人の場合、または1才未満のお子さまをお連れの場合はご相談ください。
- 定 員 12組(24名) **抽選**
- 参 加 費 料理教室代 2,000円 ・ 保育料 子ども1人 500円
- 持 ち 物 エプロン、三角巾、手拭き用タオル、筆記用具、お子様に必要なオムツ、パンツ、飲み物等。
- 申 込 期 間 7月11日(月)～9月8日(木)
※当選結果は、当選者のみ開催日の2週間前までにご連絡します。
- お 申 込 み 電話又はJA横浜クッキングサロンHPよりお申込みください。
<http://ja-cookingsalon.jp/>
- ご 注 意 指に傷、ネイル等をされている方は、衛生面から手袋の使用をお願いします。
開催日の2日前(土・日・祝日・年末年始を除く)より、キャンセル料として全額お支払い
いただくこととなりますのでご了承ください。
※キャンセルの場合は早めのご連絡をお願いします。(電話のみ)
定員に満たない場合は中止となることもありますので、予めご了承ください。
- 申込み・問合せ先 **JA横浜 地域ふれあい課**
☎045(942)2312 9:00～16:00(土・日・祝日を除く)
※申込時にいただいた個人情報は、当イベントを開催、運営するにあたり必要となる業務にのみ使用し、
厳重に管理いたします。