

★ 昨年大人気★
今年もやります!!

夏休み特別企画

子ども料理教室

小学校4年～6年生対象 全4回レッスン



子どもたちが「食べることの大切さ」や「元気になるごはんのヒミツ」を楽しく学びながら調理にチャレンジします。

栄養バランスや日本の食文化、安全な調理の方法など、日々の食事にある“学び”を体験し、自分でおいしく作る力を育てます。

食べ物が体と心に与える影響を知り、自分や家族の健康を守る力へとつなげていきます。

希望者は料理の検定にも挑戦OK! 「食べる力」「生きる力」を一緒に育てましょう!



レッスンスケジュール

<テキスト> 家庭料理技能検定公式ガイド5級 使用

特典

日時	メニュー	学び	おみやげ
7/25日 (金) 10:00 13:00	基本 ・サンドイッチ ・キャベツのスープ ・チョコスコーン	・ゆで卵のゆで方 ・包丁の使い方	・チョコスコーン (自分で作ってお持ち帰り)
8/1日 (金) 10:00 13:00	和食 ・おにぎり ・みそ汁 ・卵焼き ・わらび餅	・お米とぎ ・だしの取り方 ・火加減	・わらび餅粉 (わらび餅の材料をおうちに持ち帰って、家族と一緒に楽しく作ってみよう。)
8/8日 (金) 10:00 13:00	洋食 ・オムライス ・生野菜のサラダ ・はちみつポップコーン	・野菜の洗い方と切り方 ・焼く(オムライスで練習)	・ポップコーンのコーン (ポップコーンの材料をおうちに持ち帰って、家族と一緒に楽しく作ってみよう。)
8/22日 (金) 10:00 13:00	実践 ・ピザ ・クッキー	自分だけのピザを作ろう!! ・生地をこねてのばす ・盛り付けの工夫	・クッキー (自分で作ってお持ち帰り)

特典①

無料で駄菓子が
食べられます♪

特典②

授業終了後も、15時まで
スタッフがお預かりいたし
ます。その日の料理体験を
絵日記にまとめたり、宿題
に取り組んだり、お迎えの
時間まで、安心してお預け
いただけます。

特典③

ご希望に応じて、ご自宅
までの送迎も承ります。

◆ 講師：小田 恵

◆ 受講料：23,840円(全4回/税込・材料費込) ◆ テキスト代：5級 1,600円(税込)

◆ 持参物：エプロン又は給食服、ハンドタオル、水筒

◆ 申込締切：7月22日(火)

◆ 申込方法：窓口又は右記のQRコードよりお申し込みください。

▶ URLへアクセス

<https://scr.buscatch.net/application/?f=h-c-s&i=95843>

