

ママもパパもおいでよ!

11月は手作りおやつ／

にこにこ食育講座



～簡単!手づくりおやつ ほうれん草とひき肉ののり巻き～

お子さんの食べるおやつのことについて、一緒に振り返りながら、手づくりおやつと一緒に作ってみませんか?今回は、**ほうれん草とひき肉ののり巻き**のレシピを紹介します♪

主な材料は、**ほうれん草・鶏肉・のり・ごま油**です。

同じくらいの年齢のお子さんをもつパパママとみんなで一緒に楽しく作りましょう♪



【講師】 荏崎市役所 健康づくり課 管理栄養士

★日時 11月14日(金) 10:00～11:30

★場所 荏崎市民交流センター ニコリ 1階 調理室

★対象 荏崎市民で1歳6か月以降のお子さんの保護者(8名)

★持ち物 マスク・エプロン・三角巾・筆記用具

タッパーやお弁当箱など・保冷バック

★参加費 300円

☆調理は参加せずに講義のみ参加・調理は見学も可能です。

受付時に、ご相談ください。



●●● 予約申し込み方法 ●●●

予約開始日 10月10日(金)10:00～

ホームページ・電話で受付可能



QRコード もしくは
URLにアクセス

<https://nirachibi.jp/>

イベント予約はこちらから

荏崎市子育て支援センター にら★ちび
☎0551-23-7676

●●● 託児の利用 ●●●

食育講座の間は、**無料で託児を利用可!**

希望される方は、9:50までに 2階

にら★ちびイベントスペースへお越し下さい。

託児をキャンセルされる場合は、前日までに
お知らせください。

当日キャンセルは、場合によりキャンセル料が
発生することがあります。ご承知おきください。