

ヘルシー！おいしい！もしもの時も！

夏休み

親子ヘルシークッキング

令和7年8月3日（日）

日時

第1部 10:00～12:00

第2部 13:00～15:00

会場

久宝寺コミュニティセンター 調理室

定員

各部とも5組（先着順）

対象者

八尾市在住の小学1～6年生とその保護者

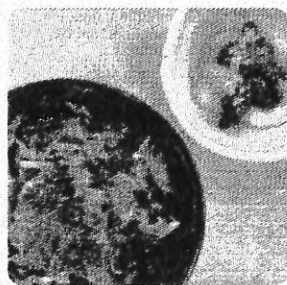
参加費

親子1組につき¥1,000（大人¥500+こども¥400+協力金¥100）

小学生1名追加につき+¥400、大人1名につき子ども3名まで参加可能

もしもの時にも役立つ簡単なお料理

- ・お鍋でお米を炊いてみよう！
- ・サバ缶を使って簡単ビビンバ
- ・お豆腐でツルッと！白玉団子



講師 岩川 香奈子 さん

八尾市在住。

長女のアトピーをキッカケに
体は食でつくられることを知り
マクロビオティックを学び

大阪市内の助産院にて調理スタッフを5年従事。
体と心に優しいお料理を発信している。



参加お申込方法

下記のQRコードまたはメールアドレスへ
必要事項を記入し、お申込みください。



お申込み用QRコード

又は

✉ kyuhojikomisen@gmail.com

件名に
『夏休み親子ヘルシークッキング参加希望』
と記入し、空メールを送信してください。

〈7月23日（水）より受付開始〉

主催／お問い合わせ

久宝寺コミュニティセンター
運営協議会

☎ 070-9102-4450

受付時間：平日9:00～17:00

親子ヘルシークッキング
