

# ママパパ教室

## ～出張版～

### 2月3日 (土)

10時30分～13時30分

かんたん♪  
和食だし



石井先生の  
妊婦にも子ども  
にもうれしい!



### 調理実習

★きつねコロッケ(カレーひじき味)

★おいしいだしを使ったみそしる  
などなど



人間と動物の「食」に関する最大の違いは食事を「楽しむ」こと。赤ちゃんの最初の食事であり、家族とのコミュニケーションである「離乳食」を「大人の和食からのアレンジ」で楽しく作る。親にも子どもにもうれしい、家族が笑顔になるような「和食」を学びにいらっしやいませんか??

講師：石井由紀子先生

(親子料理教室こどもキッチン主宰)  
「台所仕事から子どもの自立をつくる」をテーマに親子料理教室「こどもキッチン」を2008年にスタート。10年でのべ8500名を超える親子が参加。  
近著に「こどもキッチン、はじまります。2歳からのとっておき台所しごと」がある。

和食の味の決め手となる滋味豊かな本物のだしについて、味覚体験を交えながら楽しく学びます。  
「食」は暮らしの中心、食を通して生きる力が育まれます。ママ・パパ・赤ちゃん、家族みんなで健康に過ごしましょう!  
大阪ガス(株) 廣瀬 頼子



- 対象 高槻市在住の妊婦とその夫(夫婦でも単独でも参加可)
- 日時 2月3日(土) 午前10時30分～午後1時30分
- 会場 春日ふれあい文化センター(春日町22-1)  
(公共交通機関をご利用ください)
- 持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ)、手拭タオル、母子手帳、お茶
- 費用 材料費600円
- 定員 20人(先着順)
- 申込み 1月5日(金)から電話でお申込みください。

<問合先>  
高槻市子ども保健課  
(保健センター)  
661-1108

主催:子ども保健課

共催:春日ふれあい文化センター・春日保育所・春日子育て支援センター・高槻市まちづくり協議会・大阪ガス(株)