

さぎっ子クラブの皆様

鷺山自治会連合会  
鷺山青少年育成市民会議 子育て支援部会  
岐阜市食生活改善推進協議会 鷺山支部

## 味わう教室「キッズトントン教室」のご案内

日頃は子育てサークルに参加していただき、お母さん方やお子さんたちの交流が行われていることと思います。  
11月のサークルは、岐阜市委託事業「味わう教室「キッズトントン教室」」として食生活改善推進協議会の皆様のご指導のもと、親と子のふれあいクッキングを行います。

今回は忙しいお母さんに時短の料理作りを知ってもらいたい！という思いと、お子さん達とも何か一緒に作ってもらいたいという思いで計画しました。

作るだけでなく、見て楽しい！ということも行いますので、お誘いあわせのうえ是非ご参加ください。

なおサークル活動の様子は、さぎ山の広場で紹介していますが、今回は市への資料提供のため写真を撮り、インターネット等で紹介される場合がありますのでご協力ください。

**日時 平成 30年 11月 8日 (木)**

**午前 10時～11時30分**

**場所 正木公民館**

駐車場 駐車場が少ないので、できるだけ徒歩・自転車をお願いします。  
車はマーサ 21 または AOKI の駐車場の北側の方をご利用下さい。

### メニュー ☆ご飯だけ炊くんじゃもったいない！炊飯器で作るパッククッキング

材料 お米1合 と ① ひじきの煮物 ひじき・にんじん・油揚げ  
② カレーライス シーチキン・玉ねぎ・じゃがいも・にんじん

### ☆さつまいもあんのバナナ大福

材料 さつまいも・バナナ・白玉粉

\*何らかのアレルギー体質のお子さんについては、内容をよく理解されたうえでの参加をお願いします。

持ち物 お茶(飲み物)  
親さんは エプロン・三角巾 子どもさんはあればお持ちください。  
髪の毛の長い方はまとめられるようにゴムやシュシュ等

**参加人数 15 組程**

希望者が多い場合は、子どもさんの年齢が上の人を優先させていただきますので、ご了解のほど  
をお願いします。

参加希望者は 10月25日(木)までに尾藤 (232-0558 FAX 同) まで連絡をお願いします。  
または、hitothu1155@docomo.ne.jp(右の QR コード)でも構いません。

