

数えて、ママチャイルさん!
忙しいママのための

NPO 法人
まっぼっくり
保育園

お料理 教室& 講演会

おいしい

2014 9/27 sat
9:00-12:00

定員

30

名
(予定)

参加対象

未就学児の
お母さん

お父さん
お母さん

講演

ママチャイル主宰

関 明日香

さん



未就学児のママに知って欲しい
「食の土台」の大切さを伝えます!

田んぼを抜ける風、野草の丘や手つかずの里山。
自然に囲まれたまっぼっくり保育園では
日常的に園児が料理をしたり、
給食も綾町の有機野菜を中心にするなど
食への取り組みに力をいれています。

このたび、マクロビオティックの料理家であり
二児の母であるママチャイルこと関さん
をお招きし、7歳までと言われる「食の土台」を
つくる時期にお母さんが心がけたいこと、
作ってあげたいお料理を教えてください
スペシャルな会を開催いたします!

メニューは

- 小豆玄米ごはん
- きのことサツマイモの雑穀入りグラタン
- 秋の根菜けんちん汁
- おまけ☆残り野菜のかき揚げ

を予定しています。秋の旬野菜と雑穀のお料理を
みなさんでおいしくいただきますよ!

料金・¥3,000/1人 託児・¥300/1人

(託児の受付には限りがありますことをご了承ください)

持ち物・包丁、まな板、エプロン、三角巾、お箸、お皿、
汁碗、ごはん茶碗、飲み物、筆記用具(予定)

お申し込み: <http://matsubokkuri.info/mamachil/>

詳細は ママチャイル まっぼっくり

検索

お問い合わせ: matsubokkuri.hoikuen@gmail.com ごめんなさい。電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

主催 NPO 法人 まっぼっくり保育園 〒880-2112 宮崎県宮崎市小松1981-1 facebookも更新中です。