



子育て まちともひろば



「手作りふりかけで おにぎりを作ろう」

日 時:平成 30 年 5 月 31 日(木) 《第 5 木曜日》

10:00~11:30 頃まで

緑区食生活等改善推進員（愛称：ヘルスマイト）と一緒に、手作りふりかけ（桜エビ・かつお節・じゃこ・ごま・のり・青菜等の材料を予定しています）を使ったおにぎり作りをします。好きな具材を選んで混ぜて、お子さんといっしょに楽しく作りましょう。
（※特定の材料を使用しないで作ることも可能です。）

体操や手遊びもあります♪

場 所:霧が丘地域ケアプラザ 2階 多目的ホール1

対 象:0~3歳くらいまでのお子さんとその養育者

内 容:お子さんといっしょに おにぎりづくり&交流会

講 師:緑区食生活等改善推進員会（愛称：ヘルスマイト）

定 員:15組

参加費:100円（1組）

持ち物:エプロン、三角巾（お子さんの物は、ある方はお持ちください）

申込み:お電話または窓口で（先着順）

※保育はありません

※お申し込みの際、アレルギーの有無をお知らせください



☆お問い合わせ先☆

横浜市霧が丘地域ケアプラザ
横浜市緑区霧が丘 3-23
☎045-920-0666
担当:酒井

車・バイクでの来館はご遠慮ください

詳しくは、ホームページをご覧ください→
<http://www.kirigaoka-careplaza.com/>

