

# 生活支援講座 親子クッキング

簡単で、おいしく、健康に良い食事をみんなで一緒に作って食べましょう！  
調理をとおして親子のコミュニケーションを深めてみませんか。

## MENU

炒りたまご入りエビのチリソース  
中華風混ぜごはん  
鶏とわかめのスープ  
春キャベツのコールスローサラダ  
チョコレートクレープ

日 時：2020年3月13日（日）10：00～13：00

会 場：健康づくりサポートセンター9階 調理実習室

福岡市中央区舞鶴2丁目5番1号（あいれふ）

TEL：092-751-7778

地下鉄「赤坂」駅で下車し、  
3番出口より徒歩約4分

講 師：柴田 桂さん（食生活アドバイザー）

対 象：ひとり親家庭の小学生と親

定 員：先着10組

費 用：大人500円 こども100円

託 児：未就学児 要事前申し込み

持ち物：エプロン、三角巾

【申込・お問合せ先】

福岡市立ひとり親家庭支援センター

〒810-0074 福岡市中央区大手門2丁目5番15

