令和8年度 渋川公民館　地域ふれあい講座

「親子でクッキング」

尾張旭市 あさひ健康マイスター 対象事業

ミートローフを作りましょう



とき 11月28日（土） 午前10時～午後1時

ばしょ　　渋川公民館　実習室

メニュー

- ミートローフ
- 雑穀入りご飯
- 柿と大根のマリネ
- コンソメ野菜スープ
- スイートポテト

● 申込み　11月4日（水）～19日（木）
渋川公民館に費用を添えて直接
受付時間：午前9時～午後8時30分

▼ 講　師　尾張旭市食育ラボ 宮部 百合子 さん
▼ 対　象　小学生と保護者(祖父母も可)
▼ 定　員　先着8組（市内在住・在勤・在学の方優先）
▼ 費　用　1組2人 1,700円、3人目から600円加算
（参加費500円+材料費1200円）
▼ 持ち物　エプロン、バンダナ、ふきん、マスク、
持ち帰り容器、筆記用具

尾張旭市

渋川公民館　渋川町1-6-1
電話：53-8600