

家族みんなで健康カUP! 「食」を楽しむ味噌玉作り



パパ、ママ、子供たち集まれー☆
「献立を考えるのはママの役割」
なんて思ってませんか？
見た目も可愛く手軽な味噌玉を
家族みんなで作ってみよう！

講師：HANDMADE発酵 寺澤 希

発酵食エキスパート1級
DNA栄養インストラクター
酵素ジュースアドバイザー
食育インストラクター



日時 2022年7月23日(土)

10:00 - 12:00

場所 熊本市男女共同参画
センターはあもにい2F
「食のアトリエ」

参加費 無料

対象 小学生以下の子供と
保護者

定員 先着10組 (託児有・要予約)

持ち物 エプロン、保冷バッグ



味噌玉は現代の救世主！

忙しい毎日でも、料理が苦手
な方でも、お湯を注ぐだけで
お鍋で作るお味噌汁が簡単に
作れちゃいます☆

【講師】

寺澤 希(てらさわのぞみ)

「身近に手軽に発酵生活」をテーマ
に、熊本を拠点に発酵料理教室や様々な
食のイベントを企画・運営。

【申込み】

右の申込みフォームより
お申し込みください。



【主催】

- ・くまもと健やか家庭サポート
チーム (KSKS)
- ・熊本市男女共同参画センター
はあもにい

問合せ：080-6429-8299 (KSKS豊田)

感染症の拡大状況によっては、中止またはオン
ライン開催に変更となる場合がございます。

