

ぼくが！ わたしが！



じぶんでつくれる お弁当

作ってもらったお弁当もおいしいけれど、
初めてじぶんで作ったお弁当はきっと特別な味がするはず！
子どもでも作れる簡単なおかずのレシピや調理のコツなどを
和食のプロに教わるチャンスです。

※ちらし上のイラストはイメージです

日時：**3月27日**（日） 10:00～13:00

会場：はあもにい2階食のアトリエ

講師：八代 毅さん（なんでも屋簾店長）

定員：12組（先着順）

対象：年長～小学生とその保護者

料金：親子1組 1,200円

（子ども1人追加+300円）

持参物：エプロン、三角巾、タオル、お弁当箱

申込：2月5日9時から **096-345-2550** にて受付

メニュー

- ・ささみのチーズ焼き
- ・卵焼き
- ・さつまいもの茶巾しぼり
- ・春キャベツの
カニカマ巻き
- ・季節の混ぜご飯

八代 毅さん…つきち田村・日本料理てら岡・
田吾作などで修業を積み、現在は熊本で
「なんでも屋簾」を営む。NHK熊本放送局
「ひのくにYOU」で料理講師経験あり。

託児あり

1歳～未就学のお子さんをお預かりします。定員
12名。おやつ代100円。3/17までにお申し込み
ください。

申し込み
問い合わせ

熊本市男女共同参画センター
はあもにい

☎ 096(345) 2550

熊本市中央区黒髪3丁目3-10
<http://www.harmony-mimoza.org/>