

働くお母さん応援講座   
わたし、ぼく、お父さん <sup>で</sup>  
ゴハン作ります！



働いているお母さんを応援します！

小学生のお子さんとお父さんを対象に、親子が協力して調理の準備から後片付けまでを体験するワークショップを開催します。  
おうちでお母さんにゴハンを作ってあげましょう♪



日時：平成29年7月23日（日）  
10時～13時

場所：もりおか女性センター  
生活アトリエ（プラザおでって5階）

対象：共働き家庭の小学生と父親  
女子・男子 各5組

参加費：無料

講師：佐藤 満子さん  
（料理研究家）

申し込み方法：

6月20日（火）10時から  
☎019-604-3303 にて受付  
※応募多数の場合は抽選



当日のメニュー（予定）

- ・おくらのピラフ
- ・えびとサーモンのカルパッチョ
- ・ポークウィンナーと野菜のスープ
- ・豆乳ゼリーフルーツ添え

【お申し込みにあたって】

- ☎ 講座のお申し込みにあたってお預かりした個人情報、当センターで適切に管理いたします。
- ☎ 講座記録およびホームページ等掲載のため講座風景を撮影させていただきます。あらかじめご了承ください。
- ☎ 受講生へのアンケート結果など統計処理したデータや撮影した講座風景の画像について、共催者である全国女性会館協議会および日本テトラパック株式会社に提供します。
- ☎ 食物アレルギーのある方はご参加いただけない場合があります。（メニューをご確認ください）
- ☎ 専用駐車場はありませんので、近隣の有料駐車場をご利用下さい。

【問い合わせ・申し込み先】

もりおか女性センター 〒020-0871 盛岡市中ノ橋通 1-1-10 プラザおでって5階

TEL：019-604-3303 FAX：050-2013-4750

HP：http://mjc.sankaku-npo.jp/ 指定管理者 NPO 法人参画プランニング・いわて

