

令和8年度 御笠コミュニティセンター主催講座

COOKING
CLASS



子どもが喜ぶ♥栄養満点!

キャラフル ごはん

おやこ
料理教室

期間：6～2月偶数月第4日曜日
10時～13時

場所：御笠コミュニティセンター

対象：6歳までのお子さんをお持ちのおやこ12組

子どもの個性(キャラ)がごはんにあふれる
親子でほっとするハートフルタイム



おやこ料理教室メニュー

6/28

袋ごねで「ロールパンサンド&
簡単ソーセージ作り」

親子でこねて作る初めてのパン体験。袋ごねだから安心・簡単、
できたてサンドで笑顔のお昼に。

8/23

夏野菜の「ワンプレートランチ」

色とりどりの夏野菜を親子で調理。ひと皿にぎゅっと季節を味
わう、楽しく学べるランチづくり。

10/25

皮から手づくり! 「ギョーザ作り」

もちもち皮から親子で挑戦。包む楽しさと焼き上がりの香ばし
さで、家族の思い出になるギョーザ教室。

2/28

みそ作り&豚汁と菜飯でお昼ごはん

親子で仕込む手づくりみそと、あったか豚汁・菜飯の昼食。
冬にぴったりの“食の学び”を味わう時間。

申込みはコミセン窓口かメール→
をお願いします(4月15日締切)



託児あり
事前予約
必要

参加費

(4回分)

10,000円

手作り味噌の材料代含む

【講師】

megmag

パンとおやつ教室

古閑 美紀さん

・ジャパンホーム
ベーキングスクール師範
・ヘルシーフード
アドバイザーほか
御笠以外のコミセンでも
食育教室を多数開催

お気軽にお問い合わせください。

御笠コミュニティセンター

Tel:092-922-2601

受付時間：9：00～17：00（平日）