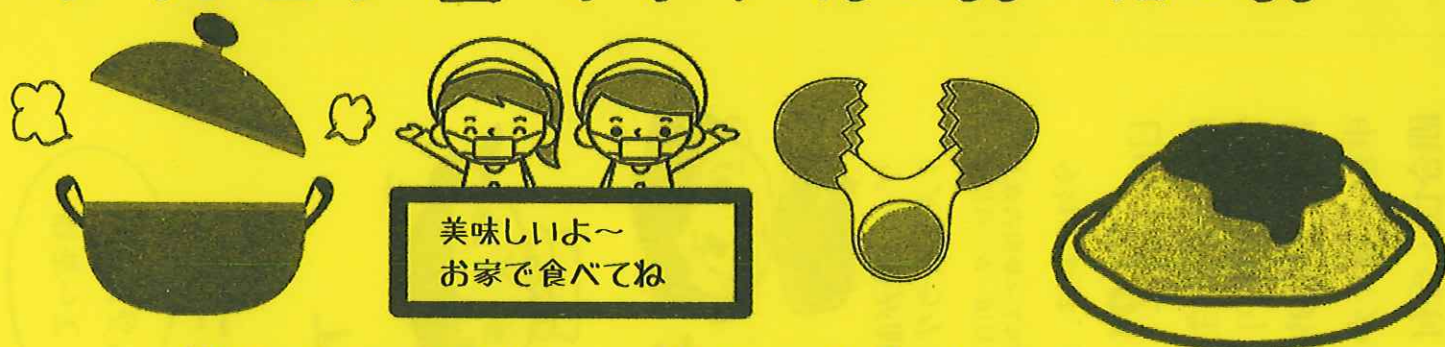


夏休み企画

包丁を使わず
簡単・美味しいお湯ポチャレシビ

キッズ 防災ランチ

7月24日（水）10：00～12：00



災害時の備えとして覚えて安心！

限られた水と燃料でお昼ご飯をつくります。

定 員：小学生先着16人 参加費：600円

指 導：石川しづえ先生 管理栄養士

持 物：エプロン・三角巾・布巾2枚・上履き・マスク

持ち帰り用袋 ※小さめのクーラーバッグをご用意ください

※ケチャップご飯&とろとろたまご→オムライス・副菜1品を予定

※調理後の食事はナシです。ご家庭にお持ち帰り頂きます。

共 催：本牧原地域ケアプラザ・本牧和田地域ケアプラザ

申 込：7/11～☎か来館にて受付

問合せ・受付：本牧地区センター☎045-622-4501

（中区本牧原16-1 中図書館と同じ建物です）