

栗
あわわ
老若男女
みんな
あわわ
まじめにふざけよう！
ご飯で

まさちゃんと

お昼ごはん



正子さんが産前産後に特に助かった♪ という栗（あわ）を使ったごはんとおやつを、みんなで作っていただきます。



日時,場所

2月5日 木

10:30~12:30
椎葉村交流拠点施設Katerie
クッキングラボ



教えてくれるかた



内村正子さん

梅尾地区に暮らす、
3児（1, 3, 6歳）のお母さん



献立：雑穀ハッピーご飯
フューチャリングAWA
もちあわねったくり（宮崎県民なら！）
アワ粉クッキー串カツ風、汁物



参加費：大人お1人500円
子ども無料



対象：どなたでも。お子さんも連れてぜひどうぞ。はじまるスタッフが見守りをお手伝いします。



予約：1/29（木）までに
ご連絡お願いします。

お申込み・お問い合わせは

地域子育て支援拠点事業受託

電 話・FAX 0982-67-2525

特定非営利活動法人

村内無料（7）67-2525

はじまる

携帯電話 090-8399-2952



はじまる公式LINE

