



夏休み親子防災教室



親子でチャレンジ！

かんたん **防** **災** ごはん

鍋でご飯を炊いてみよう！

耐熱性ポリ袋を使って、一つの鍋でご飯を炊き、卵料理を作ります。
身近な食材で簡単に作れる“防災ごはん”にチャレンジし、
いざという時に役立つ知恵と力を身につけませんか。

日時

7月18日 **土** 10:00～12:00

講師

加々見 羽月さん（管理栄養士）

参加費

1組500円 **定員** 10組（応募多数の場合、抽選）

対象

小学生の子どもと保護者 *市民

会場

メイトム宗像 調理実習室

託児

無料・要申込（5カ月～未就学児）

締切日

6月30日（火）

- *お申し込みは、電子申請・電話・当センター窓口で受付。
- *締切後、抽選の結果をハガキでお知らせします。
- *締切後のキャンセルは材料費（500円）をいただきます。



お申し込みはこちら↓



【主催：お問い合わせ・お申し込み先】

宗像市男女共同参画推進センター「ゆい」

〒811-3437 宗像市久原 180 メイトム宗像内

TEL：0940-36-0250 FAX：0940-36-0269

5月15日から受付開始