

夏休み  
実践講座

楽しい!

カンタン!

アウトドアにも役立つ

# ポリ袋クッキング



7月22日(日) プラザおおむら1階  
キッチンスタジオ

10:30~調理 12:00~13:00 実食・片付け



アウトドアでも、  
カセットコンロと材料が  
あれば子ども・パパでも  
簡単にできるクッキング  
の実践!



防災クッキングとして  
夏休みの自由研究の  
課題に!

クッキングの合間に  
子ども達へお片付け  
プチセミナー!

水を使い回し  
鍋も器も汚さない  
から、環境にも優し  
いエコの体験!



〈定員〉親子18組

対象:小学生以上

〈材料費〉500円(1組)

追加1名様につき250円  
(お釣銭のないようお願いいたします)

〈メニュー〉

・白ご飯・親子丼の具・焼きそば・ポトフ  
・ツナとキャベツのカレー蒸し・蒸しパン・杏仁豆腐

子ども用のスリッパはご持参願います  
(滑りにくい形状のもの)

調理中の火傷やケガにつきましては一切の責任を負いかねます。  
お子様への配慮をお願いいたします。

講師



飯田由美子

2011年に「片づけのプロ」の資格を習得。現在は  
ライフオーガナイザー®として片付けセミナー・  
片付け作業を中心に活動。防災の角度から見る  
ポリ袋クッキングも熟知。



金原直美

2016年に九州初「親・子の片づけマスターインスト  
ラクター」の資格を取得。片づけが苦手な理由を  
物理面と心理面から探る手法で、長崎を中心に  
お片付け実践作業・お片付け講座などで活躍中。

お申し込みはお電話で  
「プラザおおむら」までお願いします  
**0957-47-6100**

定員になり次第締め切ります

お問合せ先・・・大村市本町326-1  
「プラザおおむら」指定管理者 SINCO・NBC-SOCIA JV  
TEL 0957-47-6100