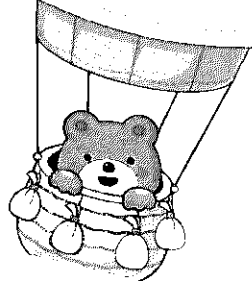


親子で作ろう!  
エコ・エコクッキング



# 秋の 行楽弁当



トッピングおむすび  
若鶏のハニー焼き  
魚の照り焼き  
錦卵  
みやぎのまめぶ汁  
ごつまいもの茶巾しぼり

卵、小麦、大豆、鶏肉を使用

紅葉狩りや果物狩りなどの行楽や、運動会など、  
おでかけする機会が増える秋。

宮城の旬の食材をふんだんに使った彩りの良い  
美味しいお弁当を作ります♪

食べものについてちょっと勉強しながら、  
親子でお弁当作り、体験してみませんか？

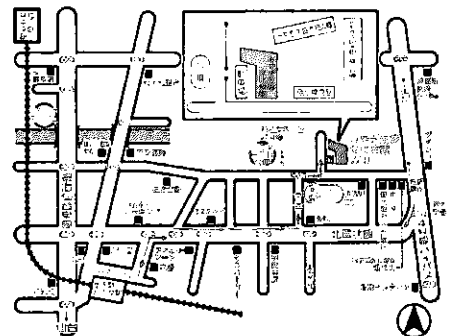
日時／10月12日(土) 10:30～14:00

場所／みやぎ生協 文化会館「ウイズ」

(仙台市泉区八乙女 4-2-2)

みやぎ生協文化会館ウイズ 案内図

公共交通機関をご利用ください  
駐車台数は限られておりま  
すので、公共交通機関をご  
利用ください。



徒歩：地下鉄八乙女駅より15分  
バス：松島町内線山 旭ヶ丘駅行  
(八乙女駅6番のりば)  
地下鉄八乙女駅  
行き/10:25 発 10:30 着  
帰り/14:16 発 14:20 着

- 講師：食育NPO「おむすび」のみなさん
- 定員：4歳以上の親子 15組 30名※要申込み(先着)
- 参加費：MELON 会員の親子 2名で 1,500円  
一般の親子 2名で 2,000円  
※子ども 1名追加につき+800円
- 申込み：10月7日(月)まで、電話・メール・FAXで  
お名前/性別/生年月日/住所/電話番号/  
MELON 会員か一般かをご連絡ください。
- 持ち物：エプロン、三角巾、タオル、筆記用具
- 作った料理はその場で食べます。持ち帰りはできません。

詳細は裏面をご覧ください。

食材王国みやぎ  
FOOD KINGDOM MIYAGI

後援/みやぎ生活協同組合

主催・お申込み先/(公財) みやぎ・環境とくらし・ネットワーク (MELON)

TEL/022-276-5118 FAX/022-219-5713

Email/melon@miyagi.jpn.org

当日連絡先/090-1377-8867 (MELON 携帯)

〒981-0933 仙台市青葉区柏木 1-2-45 フォレスト仙台 5F

URL : <http://www.melon.or.jp/melon/> 担当：ヒロシゲ



## スケジュール (予定)

- 10:15 受付開始
- 10:30 開会・紹介など
- 10:40 おはなし①
- 10:45 調理開始!
- 12:30頃 いただきます♪
- 13:00 ごちそうさま〜・片づけ
- 13:20 食べもののおはなし②  
アンケート記入
- 14:00 閉会

進捗状況によって変更となる場合があります。

## ■講師紹介 食育NPO「おむすび」

メンバー:

- 代表 清水智子さん
- 三浦勝子さん
- 木村和子さん
- 松浦美代子さん



食育 NPO「おむすび」のメンバー4人は専業主婦です。いつでも、どこでも手をかけなくても食べものが簡単に手に入る食生活環境は、家庭から「食事作り」の場をうばい、食生活を営む基礎的な知識や技能を低下させ、食文化の伝承を妨げています。

地域食材の活用(地産地消)、旬の時期、食べ物を生産する過程の学習・体験、伝統食・行事食作り、食品の安全性に対する知識と適切な選択、食と環境保全など。これまでみやぎ生協のメンバー活動で主として培ってきた知識や体験をもとにした企画・運営を行なっています。

「食」の楽しさ・大切さを一緒に体験しませんか?

## ■お申込み前に必ず「1」読んで下さい

- 中学生以下のお子様は、必ず保護者と一緒にご参加ください
- 見学のみや、付き添い参加はできません。また、託児はございません。
- 途中参加・途中帰宅は「遠慮ください」。
- お持ち帰りはできません。
- アレルギーへの対応は自己管理でお願いいたします。
- 前日・当日キャンセルは、参加費をいただきます。
- 申込が8組に満たない場合は、中止とさせていただきます。
- 本活動を広報する目的で活動の様子を撮影させていただきます。都合が悪い方は事前にお知らせください。

(公財)みやぎ・環境とくらし・ネットワーク  
Miyagi Environmental Life Out-reach Network(MELON)

略称MELON。誕生のきっかけは、1992年の地球サミット。「世界ではこんなにたくさんの人たちが環境を考えている。みやぎでも環境を考え、地球を守りたい。」そんな想いから、翌93年に県内5つの協同組合が母体となって、多くの市民や研究者、企業、団体でつくられた環境NGOです。

環境イベントの開催や調査活動等を通して、くらしの中から、地域から、私たちにも取り組めることを広げようと、環境保全活動を進めています。



## 親子で作ろう!エコ・にこクッキング『秋の行楽弁当』参加申込FAX022-219-5713

切り取らずにこのままFAXしてください。受信後、事務局から参加の可否について連絡いたします。

送信後、3日経過しても連絡がない場合には、お手数ですがお問合せください。

いただいた情報は、当イベントの連絡以外には使用いたしません。

保護者	ふりがな		性別	生年月日
	氏名		男 / 女	年 月 日
子ども	ふりがな		性別	生年月日
	氏名		男 / 女	年 月 日
住所	〒			
電話番号	MELON 会員 / 一般			