

親子deエコ・にこクッキング

つくって、たべて、あそぼう!!

～納豆作り&お米と大豆の料理教室～

納豆はどうしてネバネバになるの.....

角田の大豆を使って「納豆」をつくってみよう!!

宮城県産の食材を調理し、おいしいランチも作ります♪  
お米や大豆のことも学びます。

メニュー

☆おむすび ☆納豆とわかめの春巻き  
☆せんべい汁 ☆いちごのカスタード  
(小麦、卵、乳、大豆、鶏肉を使用)

いつ: 3月8日(土) 10:00~14:00(9:45より受付)

どこで: みやぎ生協文化会館ウイズ調理室(泉区八乙女4-2-2)

さんかひ: MELON 会員の親子2名で 1,500円  
一般の親子2名で 1,800円  
※子ども1名追加につき700円

ていりん: 4歳以上の親子 15組30名 (先着順)

もちもの: エフロン 三角巾 ふきん 筆記用具 子供用上靴  
350mlのホット用ペットボトル(納豆作りに使用)

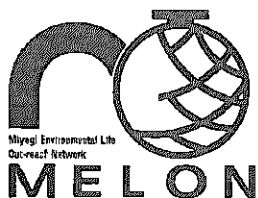
もうしこみ: 2月26日(水)まで電話・メール・FAXで

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



後援 / みやぎ生活協同組合

主催・申し込み先 / (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

Ema i l/melon@miyagi.jp.n.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



## スケジュール (予定)

- 9:45 受付開始
- 10:00 開会・紹介・エコ調理について
- 10:10 調理開始&納豆作り!
- 12:30頃 いただきます♪
- 13:00 ごちそうさま～・片づけ
- 13:30 大豆のおはなし  
& 楽しく学ぼう♪
- 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?

### ■お申込み前に必ず読んでください

- 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。
- ご家庭でも実践いただけるよう、当日はお子様だけでなく保護者も一緒に調理してください。
- 途中参加・途中帰宅はご遠慮ください。
- 納豆以外の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。
- 申込がら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。ご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方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 de エコ・にこくッキング『つくって、たべて、あそぼう!! ~納豆作り&お米と大豆の料理教室~』

**参加申込 FAX 022-219-5713**

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			