

# はじめてのパンづくり

## (基礎)

国産の農薬・化学肥料不使用の小麦粉・完全粉・玄米粉  
安全な材料で素朴でおいしいパンを作ります。

小麦アレルギーの方は医師の指示にしたがってください。

卵や牛乳は使用しません。



小麦粉や小麦含有製品は約9割が輸入品で、  
国産小麦粉はわずか12%です。  
さらに農薬を使わず栽培はとても難しく  
国産の中でもたった0.1%で貴重です。

市販のパンは添加物がたっぷり、発がん性物質の含まれている物も多くあります。  
どんな物が身体に良くて、どんな物が良くないかを学びながら楽しく作りましょう！

【日】 4月3日(日) 【時間】 13時～16時 【会場】 富沢市民センター

富沢駅より徒歩5分。無料駐車場あります。

### お子様連れOKです

事故においては自己責任でお願いします。  
低い位置にあるガスオーブンを使用します  
ので、小さなお子様はお気をつけください。  
おもちゃ・おやつは各自持参となります。  
授乳は可ですが、オムツ交換は調理室の  
ために別室となります。

### ～持ち物とお願い～

エプロン、三角巾、ジップロック(大)  
ふきん、台ふきん  
髪の毛の長い方は結んで下さい。  
当日は香水など香りの強いものの使用は  
ご遠慮頂きたいと思っております。

完全粉と玄米粉で栄養バランスが良く、解毒して身体をキレイにしてくれます。

ご予約・お問合せ

食育・健康・復興を支援する会

Phone. 022-702-7969

メール skfsendai@gmail.com

ブログ <http://skf.blog.jp>

詳細はブログを  
ご覧ください。



参加費 2,500円

1名の料金(中学生以上)

小学生以下は無料

先着10名

予約締切 3/30

★基礎に参加された方は、今後の中級に参加出来ます。