



相模湖地区社会福祉協議会・相模原市立桂北公民館共催事業

初めてでも大丈夫！手芸小物と栄養たっぷり米粉シチューを作ろう！

子育てママのための手づくり講座

お子さんに手作りの手芸や米粉シチューを作りませんか。丁寧に教えてもらえるので、初めての方でも大丈夫。また、子どもへの話し方・聞き方のおはなし、食育やアレルギーに関するおはなしもあります。妊活中の方、プレママさんも大歓迎。

回	日時	会場	内容
1	11月19日(水) 午前10時～正午	相模湖幼稚園 (総合事務所隣)	☆手づくり手芸に挑戦しよう!① 赤ちゃんコース：スタイ 幼児コース：かわいい手作り小物
2	11月26日(水) 午前10時～正午	相模湖幼稚園 (総合事務所隣)	10:00～ ☆子育てに関するお話～心をかける子育て～ 11:00～ ☆手づくり手芸に挑戦しよう!② ①の続きです^^ゆっくり完成しましょう!
3	12月5日(金) 午前10時～正午	千木良公民館 調理室	☆簡単に栄養満点!米粉シチューをつくろう! いろいろなバリエーションが楽しめる米粉のシチューを作ります。食育やアレルギーに関するおはなしも予定しています。

◎講師：相模湖地区社協ぬくもりボランティア、元藤野幼稚園園長・元吉野小学校校長大房公子氏、米粉マイスター認定インストラクター石山草子氏

◎対象：相模湖地区にお住まいの未就学児のご家族で、全回出席できる方を優先。妊活中の方、プレママさんも大歓迎です。

◎定員：15名(定員になり次第締切り)

◎参加費：400円(米粉シチュー材料費)

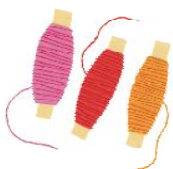
◎申込み：10月15日(水)～11月12日(水)
お電話または公民館窓口に直接おこしてください。

保育あり!ご希望の方は申し込みの際お知らせください。



かわいいスタイ、パペット人形づくりにチャレンジ!

◎持ち物：(1・2回)赤ちゃんコース…ハンドタオル(正方形、30cm×30cm以上の物)
(3回)シチューづくり：エプロン、三角巾、マスク
※保育を希望される方はお子さんの飲み物、お気に入りのおもちゃ、着替え等必要な物をご持参ください。



《申込み・問合せ》 桂北公民館 電話042-684-2377