

よこはま
横浜ラポール創作工房

そうさくこうぼう

りょうりたいけん
料理体験プログラム

ラポクック・キッズ



あきやさい つく た
秋野菜で作って食べよう!

おやこ りょうり
親子で料理、みんなでおしゃべり、楽しい時間

11月16日(土) 10:30~12:30



いも
さつま芋おこわ

さといも いもにじる
里芋の芋煮汁

かんたん お
簡単おから蒸しパン

主な材料：米・もち米・さつま芋/おから・卵・はちみつ・ベーキングパウダー・レーズン/里芋・牛肉・こんにやく・人参・長ねぎ・昆布・鰹節・煮干し/その他、調味料

日時:2024年11月16日(土)10:30~12:30 (開場10:10)

場所:横浜ラポール 2階 創作工房

対象:主に年長・小学生以上の障害のあるお子さんとそのご家族・介護者 定員:12名

参加費:1組 1,500円(基本は大人1人と子供1人。子供は1人のみ追加参加可(+500円)

持ち物:エプロン、髪を隠せる三角巾やバンダナなど、マスク、手拭きタオル

申込み:予約先着順。

横浜ラポールへ直接または、はがき、FAX、メール (rapo-bunka@yokohama-rf.jp) で、①11/16ラポクック・キッズ希望 ②参加する全員の氏名(フリガナ)・年齢・障害の有無(内容)・食物アレルギーの有無(内容) ③郵便番号・住所 ④電話(FAX)番号をご記入の上、下記横浜ラポール文化担当まで。視覚障害者のみ電話申し込み可。結果は応募者全員に連絡します。

<講師スタッフ紹介>

いなもとかおり♡保育園、病院で管理栄養士として勤務後、転勤族の夫と共に全国8か所を巡る。現在、横浜市の認可保育園の献立作成等、管理栄養士として活動する一方、家庭では男児4人の母として様々な奮闘中。こばやしみちえ♡野菜ソムリエ。ヘルパーとして調理支援も行う。

お問合せ・お申込み

障害者スポーツ文化センター横浜ラポール 文化事業課

TEL 045-475-2055/FAX 045-475-2053

〒222-0035 横浜市港北区鳥山町 1752



定員になり次第〆切

横浜ラポール文化事業課 行

FAX 045-475-2053

E-mail. rapo-bunka@yokohama-rf.jp

プログラム申込書

ラポクック・キッズ R6.11/16(土)分

★入室者全員をご記入ください 1組は大人1名・子供2名まで。

ふりがな 氏名	年齢	障害の有無・内容	利用者(介護者) カード所持
お子さん			
カード番号[]			有 ・ 無
お子さん			
カード番号[]			有 ・ 無
保護者・介助者			
カード番号[]			有 ・ 無
住 所	〒 ※代表者の氏名 ()		
電話 / FAX			
どちらかに <input checked="" type="checkbox"/> してください。 ・食物アレルギー <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 (種類) ・ラポールのSNS掲載 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 不可 ・車椅子の方 () 名 ・その他、スタッフに伝えたい事など。			

※記載されている個人情報に関しては関連した事業以外に使用する事はございません。

※お申込み以外の方のお立ち入りはご遠慮ください。