

みんなでお昼ごはんを“作って”食べよう！



オトナも！
コドモも！

にこにこランチ

みんなで食べるって
とっても楽しい♪

買い物から後片付けまで
みんなでやろう！

小学生以上は、
子どもだけの参加もOK！

料理が苦手でも
大丈夫♪



地域で食育って
どうするの？

こんな方に
オススメ♪

→ 2人でごはんを食べることが多い親子

→ 1人暮らしの方

→ 土曜日のお昼は1人でごはんの子どもたち

夏休みの宿題はこれでOK

夏休特別企画

「海苔から考えよう」

ひょうごの海の幸、のりをとおして
見える環境や食について学びます。

講師：コープこうべ家庭料理研究会

〈実習と試食があります。〉

8月 8日(水)

13時 ~ 15時

参加費 100円

〈メニュー〉

・巻きずし ・季節の魚料理

※申し込み締め切り 7月30日(月)

9月 1日(土)

10時~13時

〈参加費〉 200円(1人、全員同額)

〈メニュー〉 ・いなりずし
・おすまし ・チキンサラダ
・お月見団子

〈会場〉 コープ塚口 組合員集会室

〈持ち物〉 エプロン、お手ふきタオル

〈問い合わせ・申し込み先〉

コープこうべ 第1地区活動本部 塚口事務所

TEL 06-6429-2411

FAX 06-6429-8848

E-mail → →



〈申し込み時の必要事項〉 ※申し込みの締切は1週間前です。

・参加希望日 ・お名前(全員) ・年齢(全員) ・連絡先(電話番号)

〈主催〉 コープサークル「にこにこ食堂」

※アレルギーがあればお知らせください。

この事業は「あまがさきチャレンジまちづくり事業」の補助と「コープともしびボランティア振興財団」の助成を受けて実施しています。