

中学生の調理実習のお知らせ



日時：令和7年8月1日（金） 10:00～13:30

場所：一関保健センター 調理室（保健センター1階に集合）

＊基本的に自転車や徒歩で集合としますが、ご相談ください。

持ち物：エプロン、三角巾（調理で使います。）

飲み物

めあて：自分でご飯を作りましょう。仲間と一緒に協力して作りましょう。初めての人とも落ち着いて活動しましょう。

- ＊ 焼きそばとフルーツポンチを作ります。
- ＊ 野菜などは食べられるものと食べられないものがあると思いますので、偏っている場合は各自食べられるもので作ります。材料を見て自分で判断します。

時程

時間	内容	備考
10:00	・自己紹介 ・ボードゲーム	ウノ トランプなど
11:00	・調理準備・開始	
12:00	・昼食	
12:30	・片付け	洗剤 スポンジ ふきん 台ふきんなど
13:00	・一関保健センター 解散	

＊ 現地集合・現地解散で難しい場合はご相談ください。

＊ 当日緊急の場合は21-2160（健康づくり課）までご連絡ください。