

小さなシェフたちの大冒険！3歳半から楽しめる！

## 2024年度 ミニしょくいくはかせ教室

幼少期から様々な食体験を通して、食の知識や調理技術の習得、食事のマナーなどを総合的に学び、また、家庭での食育実践をサポートする教室です



自分で盛り付けしたよ



自分でお皿を下げたよ



お魚を手で開いたよ



『やってみたい！』  
気持ちを大切に、  
お子さんだけで  
チャレンジする教室です

お料理の並べ方を勉強したよ



上手に包丁を使えたよ



お箸の使い方を練習したよ



### 参加された保護者の感想

- ★今まで私の方がこわくてさせてあげられなかった包丁。初めてでしたが、上手に切れてびっくり！！感動しました。家でも子ども包丁を準備して、子どもの「やりたい」を実現させてあげたいです。
- ★スタッフの方が多く、1人1人へのサポートがありがたかったです。おかげで、とても楽しそうに積極的に取り組んでいました。
- ★子どもが食に関心を持ち、家でお手伝いをたくさんしてくれるようになりました。

- 対象 3歳半～就学前の子ども ※保護者は見学のみです。
- 場所 スマイルキッズ（山陽小野田市くし山一丁目4番3号）
- 定員 各回6人 ※事前申込みが必要です。
- 参加費 1人100円 ＊食材料費（毎回簡単な試食を予定しています。）
- 申込み・問合せ先 山陽小野田市保健センター 電話71-1814
- 申込み期間 それぞれ教室開催日の1か月前の1日から1週間前まで  
（※市外の方は2週間前の金曜日から）  
＊3回目までの方優先。締切時に定員に達しなければ4回目以上の方も参加可能
- 持ってくるもの エプロン 三角巾 マスク ハンカチ お茶等

※アレルギーがある方は、申し込み時にその旨をお伝えください。



ホームページ

これまでの  
教室の様子も掲載！

## 教室日程（どの回からでも参加できます。）

- 時間 1日に2回開催します。① 9：45～10：30（受付9：30～）  
② 10：45～11：30（受付10：30～）

※申込時、どちらに参加するかをお伝えください。

※5月、8月、11月、3月は②の1回のみです。



日にち	申込開始日	調理体験の内容（予定）
4/13（土）	市内 3/1～	5つの味（味覚）体験・春のお楽しみ！お花見団子作り♪
	市外 3/29～	
5/11（土）	市内 4/1～	お米を研いで、こいのぼりのおにぎりを作ってみよう！
	市外 4/26～	
6/1（土）	市内 5/1～	わくわく！おいしい！ミニサンドイッチ作り♪
	市外 5/17～	
7/6（土）	市内 6/3～	お星さまいっぱい！七夕そうめん作りをしよう！
	市外 6/21～	
8/4（日）	市内 7/1～	5つの味（味覚）体験・みんなで夏野菜クッキング♪
	市外 7/19～	
9/7（土）	市内 8/1～	ドキドキ！いわしの手開きをやってみよう！
	市外 8/23～	
10/6（日）	市内 9/2～	かぼちゃ白玉とフルーツでハロウィンを楽しもう♪
	市外 9/20～	
11/3（日）	市内 10/1～	かわいい♡ミニお弁当を作ってみよう！
	市外 10/18～	
12/1（日）	市内 11/1～	クリスマスカナッペでおしゃれなクリスマスパーティーをしよう♪
	市外 11/15～	
1/11（土）	市内 12/2～	ドキドキ！いわしの手開きをやってみよう！（節分に向けて）
	市外 12/27～	
2/1（土）	市内 1/6～	簡単おいしいきな粉スイーツ！手作りきな粉で作ってみよう♪
	市外 1/17～	
3/8（土）	市内 2/3～	おひなさまカップ寿司でひな祭りをお祝いしよう！
	市外 2/21～	