



じぶんできめる



こども

じぶんでつくる

# チャレンジクッキング

2026年3月30日(月)

10:00~14:00 (くらしかんキッチン)

なにをつくる? どうつくる?

「ぜんぶじぶんで!」



この講座は、こどもが主役のクッキング体験です。「なにをつくるか」「どうやってつくるか」を大人に決めてもらうのではなく、自分で考えて、選んで、チャレンジします。うまくいかなくてもOK。思ったのとちがってもOK。「やってみた!」という経験そのものでこどもたちの力を育てます。食材のうま味を引き出し、おいしくてからだにもやさしい『かさねに』という調理法にもチャレンジします。



講師：横地多実子さん  
未来を育む食の専門家

対象：小学3年生から中学3年生

持ち物：エプロン・三角巾・ふきん  
水筒・筆記用具

参加費無料・定員10名

申込方法：3月 4日(水)

10時から電話にて受付開始

くらしかん (6858-5073)

主催：豊中市 豊中市立生活情報センターくらしかん