

親子料理講座 ボランティアになろう！ (全3回)

あなたも、西部生涯学習センター講座「親子お料理ごっこ」のボランティアとして活躍してみませんか？



「親子お料理ごっこ」は
未就学児とその保護者を対象に
毎月第3金曜日に開催。
子どもたちに楽しい料理体験と
食事の大切さを学ぶ場となっています。



日	時	4/28 (金) 10:00~13:00	
		5/26 (金) 10:00~13:00	
		6/16 (金) 9:30~13:00	※開始時間にご注意ください
対	象	65歳までの女性 8人	
参	加	費 1人1,000円	
申	込	み 3月10日(金)14:00~、 電話で西部生涯学習センターへどうぞ(申込順)	



- 第1回目：ボランティアとしての心構えを学び、料理実習を体験します。
- 第2回目：料理実習をしながら、講座の下準備を学びます。
- 第3回目：「春の親子お料理ごっこ」講座デビュー（講座体験をします）

静岡市西部生涯学習センター

〒420-0068 葵区田町3丁目46-5
静岡市生涯学習センターホームページ

指定管理者 静岡市文化振興財団共同事業体
電話：054-255-3960
<http://sgc.shizuokacity.jp>

講座終了後は、

親子お料理ごっこ



にてお待ちしております。

「親子お料理ごっこ」は未就学児とその保護者を対象に平成27年4月スタート。

ゆでた野菜をカットしたり、ピザ生地をこねたり、お皿に盛ったりと小さな手で一生懸命お料理する子どもたち。そして見守るママ・パパたち。子どもと楽しく「お料理ごっこ」のような調理実習体験ができることから、西部生涯学習センターの大人気講座となっています。

エココおばさんが考案した栄養バランスの富んだおいしいメニューも人気の理由の一つ。保護者から高い支持を受けています。

「子育て中のママ・パパを応援したい」

「ボランティアやってみようかなあ」という方、

ぜひ地域の子育てと食育をつなぐ担い手となってみませんか。



講師紹介

大人も子どもも楽しめる料理、工作や山遊び、日本の忘れてはならない文化などを伝える参加型のプログラムを実施し、世代間交流ができる場所づくりを目指しています。

☎070-5252-4642

活動ブログ

<http://ameblo.jp/karugamo2013/>



講師プロフィール かるがもレスキュー

【講義担当】高田たまき(かるがもレスキュー代表)

【実習担当】エココおばさん(かるがもレスキュー講師)

(本名：遠山かつこ・増田しげ子)

特技：誰でもできるおいしい料理の紹介

ひとこと：おいしいものの所には、

人が集まると言います。

かるがも親子のまわりにも、

人が集まりますように。



※写真はエココおばさんと昨年度受講したボランティアスタッフ

静岡市西部生涯学習センター

指定管理者 静岡市文化振興財団共同事業体

電話:255-3960

FAX:255-9158

生涯学習センターホームページ

<http://sgc.shizuokacity.jp/>

〒420-0068 静岡市葵区田町三丁目46-5

ご利用の際は駐車場に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

バス:西部循環(駒形・中町まわり)田町4丁目下車徒歩3分

