

# スピカセミナー・パパと一緒に わくわく！親子クッキング

## ～中華の鉄人編～

日時：11月10日(土) 10:30～13:00

場所：スピカ 調理実習室

対象者：パパまたは、おじいちゃんと  
子ども(小学生)

定員：親子ペア12組(24名)

参加費：親子一組600円

申込：事前申込制です。(スピカ窓口またはお電話で)

講師：西部ガスキッチンスタジオの先生



そのパパ!おじいちゃん!  
お子様と一緒においしい中華料理を  
作ってみませんか!?

### 挑戦するメニューはこちら

- ☆簡単三角ぎょうざ
- ☆中華風まぜごはん
- ☆かりかりサラダ
- ☆ヨーグルトプリン



※食物アレルギーには  
非対応となっております。

※写真はイメージです

エフロン・三角巾・手拭きタオル  
をご持参ください!

申込先：佐世保市男女共同参画推進センター  
「スピカ」(アルカス SASEBO 2階)  
電話 23-3828 休所日 水曜・祝日