

あいちゃんの

# 手作り「白だし」で簡単料理

だしが利いた手作り「白だし」を使ってさまざまなメニューを作ります  
子育てで忙しい毎日の手作りごはんに活躍してくれますよ!!

平成28年10月22日（土）10:00～14:00

会場：山澄地区公民館（潮見町14-14）4階料理実習室

対象：子育て中の方、関心のある方

内容：白だしを活用して主菜・副菜2品・吸い物を作ります。

受講料：800円(材料費) 定員：16名、要申込み

託児：あり（午前中のみ、無料、先着10名）4階和室

＊託児希望の方はお早めにお申し込みください。

持参物：エプロン・三角巾・手ふき用タオル

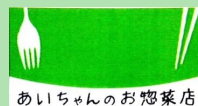
お子さま連れの方で、調理した料理を食べることが難しい場合は  
お子さまのお昼ごはんをお持ちください。

申込み：電話・メール・HP申込みフォームにてお申し込みください。

締切り：10月18日（火）



講師：徳田 愛子さん（あいちゃんのお惣菜店）



調理学校を卒業後、飲食店勤務や10年間の病院の調理人を経て独立、  
「あいちゃんのお惣菜店」を立ち上げる。  
冷凍やレトルトではない、自家栽培の野菜や無添加調味料、きび糖など  
体にやさしい素材を使ったすべて手作りのお弁当が、職場への配達やイベ  
ントでも大人気!!



ファミリーサポートセンター佐世保  
〒857-0024  
佐世保市花園町101-1  
TEL:0956-42-1848 FAX:0956-42-4643  
E-mail:famsup@chiikinonakama.com  
HP: <http://chiikinonakama.com/>