

おいしく楽しい元気の秘訣



子どもの生活リズムを整えて毎日元気！
アイデア朝ごはんやおやつ作り、お腹すっきり運動
を楽しく学びませんか。

1回目

11月9日(月)

おなか元気教室



- ・元気なお腹で
良いうんちをつくる
- ・ヤクルトマンとダンス

講師：久留米ヤクルト販売

2回目

11月16日(月)

アイデア朝ごはん



- ・忙しい朝でもできる
アイデア朝ごはん



講師：堺婦小与



3回目

11月19日(木)

7口から学ぶ 簡単おやつ作り



- ・家庭でできる
簡単おやつ



※子どもと一緒に
参加できます！

講師：パティスリーフランチ

日時：11月9日(月)・16日(月)・19日(木)
10時～正午 (全3回)

対象：幼児～学童期の保護者

定員：15名(応募多数の場合は抽選)

参加費：無料 (材料費：1,300円)

申込：11月3日(火)までに電話、メール、FAX、
電子申請、または直接窓口まで

お申込みはこちら



【申込み・問合せ】
駿馬地区公民館

大牟田市馬込町1丁目20番地1
Tel 57-5443 Fax 57-5444
e-hayame01@city.omuta.fukuoka.jp