

東海村エンジョイサマースクール対象イベント

託児
無料

家族みんなで家事参加！ 誰でも簡単にできる料理教室

日時

2025年7月12日(土) 9時45分～13時30分
(受付開始 9時30分～)

場所

真崎コミュニティセンター 【住所】東海村村松835-1 【電話】029-283-4477



東海村特産品の
サツマイモと
季節野菜のピザ



※写真はイメージです



パパ料理研究家
滝村 雅晴さん

内容

親子料理教室

※当日は各テーブルに東海村食生活改善推進員のサポートがつきます

対象

村内在住の小学生とその保護者1名(定員12組)

※応募者多数の場合は抽選となります。抽選結果については、7月4日(金)までにメールにてお知らせいたします。

参加費

一人500円

※当日託児10名まで(事前申し込み)

申込み

右記二次元コードよりお申し込みください

※申込メ切6月30日(月)



この料理教室はヘルスメイトジュニア事業のスタンプラリー対象イベントです。
スタンプを集めて応募した方には「ヘルスメイトジュニア認定書」と「親子で使える食育記念品」を
プレゼントします。(ヘルスメイトジュニア事業の詳細は裏面参照)



(申込用)

問い合わせ

東海村村民活動支援課

TEL : 029-282-1711 (内線1462)

E-mail : chiikidukuri@vill.tokai.ibaraki.jp

詳細内容

- ▶ 9:30～ 受付開始・託児受け入れ
- ▶ 9:45～ 開会(オリエンテーション・講師紹介)
- ▶ 9:50～ 滝村先生のお話し
- ▶ 10:30～ 親子料理教室(協力：東海村食生活改善推進員連絡協議会)
- ▶ 12:15～ 昼食
- ▶ 12:45～ 料理教室の振り返り
- ▶ 13:00～ 片付け
- ▶ 13:30 閉会



講師

パパ料理研究家 滝村 雅晴 さん

パパ料理研究家。株式会社ビストロパパ代表取締役。料理を通して、家族の食育・共食と健康作り、ワークライフバランスやウェルビーイングを推進し、ジェンダー平等な社会の実現を目指す日本で唯一のパパ料理研究家。NHK「あさイチ」「きょうの料理」、日テレ「3分クッキング」等出演。毎週YouTube「ビストロパパCHANNEL」にて料理動画公開。農林水産省食育推進会議 専門委員を10年歴任。令和6年度消費者庁 消費者ベスト消費者サポーター章を受賞。著書「ママと子どもに作ってあげたい パパごはん」マガジンハウス、「パパ料理のススメ」赤ちゃんとママ社など多数。



詳細は、二次元コードにあるホームページに掲載していますので、ご覧ください。

ヘルスメイトジュニア事業とは

東海村では、現在、第3次東海村健康づくり計画のもと、様々な食育教室を展開しています。ヘルスメイトジュニア事業は、その一環で小学生の親子を対象としたスタンプラリー形式の食育教室です。

教室では、「減塩」「望ましい食習慣」「肥満予防」「地産地消」「食文化伝承」について学ぶことができます。対象教室に参加し、食育スタンプを2つ集めて応募すると、お子さんに「ヘルスメイトジュニア認定書」を、保護者の方に「親子で使える食育記念品」を進呈します。認定書は初級・中級・上級とありますので、是非たくさんの教室にご参加ください。

▶ 令和7年度は、ほかにも下記の教室を開催予定です。◀

- 「とうかい減塩day×もっと野菜を食べよう」～野菜摂取レベル測定にチャレンジ！～
- 親子でとうもろこし収穫体験
- 親子でしおパラパラっとクッキング教室
- 親子でベジスイーツクッキング教室
- 親子でランチ作りにチャレンジ(自宅編)
- 親子で和食を味わう料理教室



詳細は、二次元コードにあるホームページに掲載していますので、ご覧ください。