

被災地復興支援

5歳からの食育 チャリティファミリークッキング

家族で作ろう♪
健康 和食だしランチ



2018年
6月10日(日)

〈午前の部〉10:00

※クッキングスクール堺のみ10:30~

〈午後の部〉14:00

※クッキングスクール堺・奈良・滋賀は午前の部のみ開催

先着順
受付

お申し込みはお早めに



カリキュラム

和食の味の決め手となる本物の“だし”の魅力を体感!



- 1 和食と“だし”の魅力を知ります
- 2 “和食だし”の味覚体験をします
- 3 かんたん、おいしい “だし”のとり方を学びます
- 4 たっぶりの野菜を使った“だし”の効いたメニューを調理実習します

天然だしを使ったら

味覚が敏感になる

手早くおいしくできる

減塩に最適

お子さまも本格的な調理にチャレンジ!



昆布やかつおぶしなどでだしをとってみる



包丁で切ってみる



フライパンで焼いてみる

つくる料理

健康 和食ランチメニュー

- ・和風ハンバーグ
とろ〜りあんかけ
- ・ホタテとカラフル野菜のだしマリネ
- ・旬の野菜とたまごのおみそ汁
- ・とうもろこしごはん
- ・フルーツ
- ・だしがらを使った逸品



開催場所

大阪ガスクッキングスクール7カ所

★詳細は裏面をご覧ください。

対象

5歳〜小学生のお子さまと保護者

参加費

3,000円/親子2人1組(当日払い)

★追加おひとり1,500円(大人とこどもは同額)

★保護者1名につきお子さま2名まで

主催: 大阪ガス



株式会社大阪ガスクッキングスクール

協力: 農林水産省、(株)チャプター・ワン、一般社団法人日本昆布協会、こんぶ土居、山長商店(株)

参加費の全額を、Daigasグループ“小さな灯運動”を通じて東日本大震災で被災した子どもたちを支援する団体などに寄付します。

ご参加いただいた全組にプレゼントをご用意♪
お申し込み方法はウラを見てね!

お申し込みは、ホームページまたは各スクールにお電話で!



5歳
から参加
できます

先着順受付 ※定員に達すればキャンセル待ちとさせていただきます。

5/1(火) 21:00~ ホームページにて先行予約開始!



大阪ガスクッキング

スマホ



携帯電話からも
アクセスできます

ケータイ



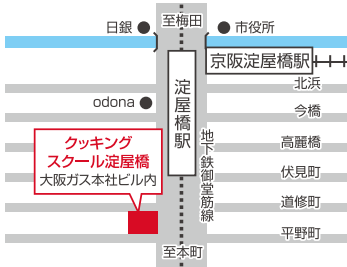
<https://www.og-cookingschool.com/>

お電話・店頭での受付開始日は、各スクールで異なりますのでご確認ください

クッキングスクール淀屋橋 定員30名

<6/10(日) 午前の部・午後の部 どちらも開催>

受付開始 5/9(水) 10:30~ tel.06-6205-4640

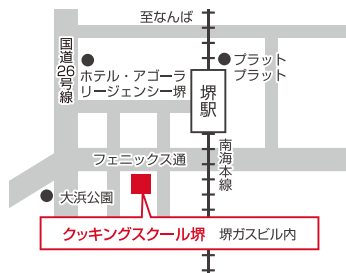


大阪市中央区平野町4-1-2(大阪ガス本社ビル1F)
地下鉄御堂筋線「淀屋橋」駅下車、
13番出口を南へ徒歩約5分

クッキングスクール堺 定員18名

<6/10(日) 午前の部のみ開催>

受付開始 5/9(水) 10:30~ tel.06-6205-4640
(クッキングスクール淀屋橋につながります)

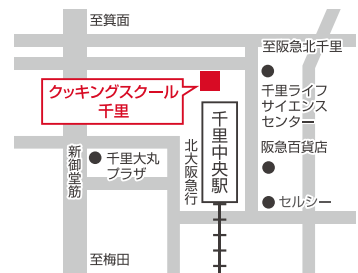


堺市堺区住吉橋町2-2-19(堺ガスビル内)
南海本線「堺」駅下車、南出口から徒歩約5分

クッキングスクール千里 定員24名

<6/10(日) 午前の部・午後の部 どちらも開催>

受付開始 5/11(金) 11:00~ tel.06-6871-8561



豊中市新千里東町1-3-141(せんちゅうPAL 1F北)
北大阪急行「千里中央」駅下車、北端階段あがる

クッキングスクール神戸 定員24名

<6/10(日) 午前の部・午後の部 どちらも開催>

受付開始 5/10(木) 9:00~ tel.078-360-6137

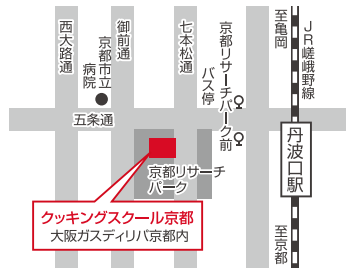


神戸市中央区東川崎町1-2-2
ハウジング・デザイン・センター神戸2F
JR神戸線「神戸」駅下車、南口すぐ

クッキングスクール京都 定員24名

<6/10(日) 午前の部・午後の部 どちらも開催>

受付開始 5/6(日) 11:00~ tel.075-315-8955

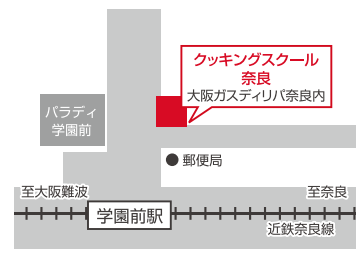


京都市下京区中堂寺粟田町93(大阪ガスティリパ京都内)
JR嵯峨野線「丹波口」駅下車、西へ約100m七本松通下ル、
または市バス「京都リサーチパーク前」下車、徒歩約5分

クッキングスクール奈良 定員24名

<6/10(日) 午前の部のみ開催>

受付開始 5/8(火) 11:00~ tel.0742-49-4780

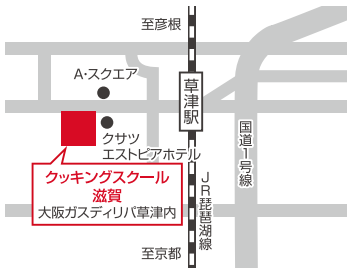


奈良市学園北2-4-1(大阪ガスティリパ奈良内)
近鉄奈良線「学園前」駅下車、北へ徒歩約3分

クッキングスクール滋賀 定員18名

<6/10(日) 午前の部のみ開催>

受付開始 5/6(日) 11:00~ tel.075-315-8955
(クッキングスクール京都につながります)



草津市西大路町5-34(大阪ガスティリパ草津内)
JR琵琶湖線「草津」駅下車、西口より徒歩約5分

参加費の全額を、Daigasグループ“小さな灯運動”を通じて
東日本大震災で被災した子どもたちを支援する団体などに寄付します。

イベントにご参加いただいた
みなさま全組にプレゼント!!

★ お料理レシピ



★ 食育絵本

★ 「和食に関する冊子・すごろくカード」
(農林水産省様ご提供)

★ 「昆布冊子」

(一般社団法人 日本昆布協会様ご提供)

★ 「昆布」

(こんぶ土居様ご提供)

★ 「天然だしパック」

(山長商店(株)様ご提供)

