

# パパとつくろう！ おいしいランチ

8月10日(土)  
10:00～13:00

7月1日(月)  
～7月24日  
(水) 受付です！

料理が苦手なパパでも簡単につくれるおいしいランチに挑戦しませんか。家で作れば、ママも大喜びです！お子さんと一緒に作るので、楽しさ倍増です！

<メニュー>(予定)

ひじきハンバーグ

オーロラソースの

温野菜サラダ

オレンジゼリー

講師 滝村雅晴さん

講師：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)

時間：10時～13時

会場：市民会館2階 料理室

対象：武蔵野市在住の小学校1年生～6年生とその父親。

定員：12組24名(7/24必着で締切、抽選)

参加費：材料費1組1,000円(当日に集金)

保育：6カ月以上未就学児対象。定員12名。要申込。無料。講座申込と同時に「保育希望の子どもの名前(ひらがな)、参加当日の月齢」を書いてお申込ください。定員を超えた場合は抽選。

申込：7/1から7/24の期間に、Eメール、FAXで、またはホームページからお申込ください。「父親の氏名、お子さんの氏名と学年(例：小学校3年生)、住所、電話番号、年代(30代前半、30後半など)」をお書きのうえ、お申込ください。抽選の結果は全員にお知らせします。当選者には、持ち物、注意事項を書いた参加要領を8/2までに郵送いたします。



## 【申込・問合せ】

男女平等推進センター ヒューマンあい  
武蔵野市境2-3-7 市民会館1F

TEL 0422-37-3410 FAX 0422-38-6239

E-Mail danjo@city.musashino.lg.jp <受付：9:00～22:00 木曜休館 >

