



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♪

被災地
復興支援

Let's!和ごはん♪ デコいなり寿司

大阪ガスは、農林水産省が推進する「Let's!和ごはんプロジェクト」に参加しています。これは、味覚が形成される子どものうちに、身近・手軽に健康的な「和ごはん」を食べる機会を増やすことで、和食文化の保護・継承につなげていくためのプロジェクトです。「和食だし体験」などをつうじてだしの魅力を五感・五味で体験し、だしの文化や効能を学び、家族で料理を楽しむことで、子どもたちの心身の健やかな成長に貢献したいと願っています。



Let's!
和ごはん
プロジェクト
ホームページ



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。



かわいい
おいなりさんき
つくろう!!

2019年
6月9日 日
 午前部 10:00~12:30
 ※クッキングスクール堺・奈良・滋賀
 10:30~13:00
 午後部 14:00~16:30
 ※クッキングスクール堺・奈良・滋賀
 は午後の部はありません。

先着順で
事前お申込受付中!

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

つくるもの

Let's!和ごはん♪デコいなり寿司

- ・お花のデコいなり寿司
- ・オクラと昆布のおみそ汁
- ・鶏ささみとカラフル野菜の焼き浸し
- ・だしがらを使った逸品
- ・季節のフルーツ
- ・ほうじ茶



お子さまも本格的な調理にチャレンジ!



昆布やかたおぶしなどでだしをとってみる

包丁で切ってみる

開催場所 大阪ガスクッキングスクール6会場
★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)**

★保護者1名につきお子さま2名まで
追加おひとり1,500円(大人とこどもは同額)

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: 一般社団法人 日本昆布協会、大阪鯉節類商工業協同組合

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!

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(水)21:00~ ホームページにて予約開始!



大阪ガスクッキング

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

スマホ



5歳
から参加
できます

お電話・店頭での受付開始日は、各スクールによって異なりますのでご注意ください

クッキングスクール淀屋橋 定員30名
 <6/9(日) 午前の部・午後の部 どちらも開催>

受付開始 **5/8(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
 <6/9(日) 午前の部のみ開催>

受付開始 **5/8(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神戸 定員24名
 <6/9(日) 午前の部・午後の部 どちらも開催>

受付開始 **5/8(水) 11:00~** 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
 <6/9(日) 午前の部・午後の部 どちらも開催>

受付開始 **5/7(火) 11:00~** tel.075-315-8955

京都市下京区中堂寺栗田町93(大阪ガスティリバ京都内)
 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
 <6/9(日) 午前の部のみ開催>

受付開始 **5/8(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)

奈良市学園北2-4-1(大阪ガスティリバ奈良内)
 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
 <6/9(日) 午前の部のみ開催>

受付開始 **5/7(火) 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(大阪ガスティリバ草津内)
 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!!



さらに当日、チャリティにご協力いただいた方に

- ★「食育絵本」
- ★「おだしの冊子」
- ★「和食の時間(すごろくゲーム付)」
- ★「まな板シート」
- ★「ファイルでバック」 など

参加されたお子さま全員に ★「12色クレヨン」 ★「おりがみ」プレゼント!



お楽しみプレゼント
をご用意♪