杉並区教育委員会主催　家庭教育講座

親子が笑顔になる食卓のつくり方

～「共食」で育む 心と体の健康～

開催日時　11月28日（土）10:00～11:30



講師：滝村　雅晴　氏

ありがとう料理研究家・パパ料理研究家／広報PR・ブランディングコンサルタント。株式会社ビストロパパ代表取締役。大正大学客員教授。

忙しい毎日でも大丈夫！家族で一緒に食事を囲む時間や料理を楽しむ時間を通して、
子どもの心と体を健やかに育むヒントを学びます。
明日からすぐに実践できるアイデアが満載です。
★参加者にはレシピ集のプレゼントもあります★

場所：セシオン杉並 講座室（梅里1-22-32）
対象：区内在住・在勤の保護者
参加費：無料
申し込み：右記QRコードまたは電話にて
11月23日（月）まで

問い合わせ：杉並区教育委員会事務局地域の学び推進課地域・学校協働係
TEL:03-5307-0759