

高崎市 市民公益活動公募事業



NPO法人
地域母親支援
サージファム

パパがつくる 家族の笑顔ごはん

子どもにやさしい味付けの
お料理レッスン



料理初心者のパパ大歓迎!

家族の「おいしい!」が
パパの自信につながります。



子どもが
喜ぶ味付け



家で今日から
作れる料理



パパ同士の
交流タイム

第1回

誰でも絶対作れる!!



令和8年11月7日(土) 11:00~14:00

メニュー



おにぎり



みそ玉



卵焼き



会場
高崎市市民活動センター ソシアス
高崎市足門町1669-2



対象
乳幼児のお子さんを育てているパパ
(プレパパも歓迎!)



定員 各回18名(先着順)



参加費 800円



持ち物
・エプロン・三角巾・マスク
・大きめのタッパー

次回も開催!

第2回

子どもが病気の時にも役立つ

令和9年1月31日(日) 11:00~14:00



とり雑炊



レンジで10分! 簡単チャーシュー

家族の
「もしも」に備える
レシピを学びます!



参加費 600円

お申込み・お問い合わせ



特定非営利活動法人
地域母親支援サージファム



070-5556-7734



takatsu3154@gmail.com



<https://sagefemme-npo.com/>



こちらのQRコードから
ホームページに
アクセスできます



パパの笑顔が、家族の未来をつくる。