

# 作る食べる 食卓



# こども食堂

# 作り



## 小・中・高校生ならだれでも参加できます！

何と食事はただ！宿題やゲームなどを持ってきても良いよ！

好きな時間に来て、好きなプログラムに参加OK！

食を通しての学びやレクリエーションを通していろいろな人たちとの交流を体験してもらいます。レクリエーションは、私たちの生活全般を指します。人間性の回復を目的とした生きる喜びの追求でもあります。

人や自然とのふれあいなど、さまざまな体験を通して楽しく生きていることの素晴らしさを共感できるようなプログラムを用意しております。

《内容》

- ・自給自足の野菜づくり体験 ・酵素を使った料理体験 ・発酵食品づくり
- ・簡単料理にチャレンジ ・また同時に運動プログラムも取り入れます。
- ・さらに就労の体験としての野菜の収穫体験、パック詰め体験、土づくりなどを学ぶプログラムもあります。こだわりの野菜や調味料を使っておいしい料理づくりなど毎回プログラムが変わります。

○日時 10月8日(土) 18:30~21:00

○会場 宮崎県宮崎市鶴島2丁目9-6 NPOハウス 1F

○今後の開催予定

- |                         |                         |
|-------------------------|-------------------------|
| ① 10月30日(日) 10:00~14:00 | ② 11月13日(日) 12:00~15:00 |
| ③ 11月27日(日) 12:00~15:00 | ④ 12月11日(日) 12:00~15:00 |
| ⑤ 1月7日(日) 12:00~15:00   | ⑥ 2月19日(日) 10:00~14:00  |
| ⑦ 3月19日(日) 12:00~15:00  |                         |

※予定が変更になる場合がございます。あらかじめ電話でご確認の上、ご参加下さい。

- 問合せ先 宮崎レクリハ研 澤田 090-9597-0501
- 主催団体 (社)みやざき公共・協働研究会
- 後援 宮崎市教育委員会

〒880-0001 宮崎市橋通5丁目6番57号 山崎ビル4F [wam28@miyazaki-pcr.org](mailto:wam28@miyazaki-pcr.org)

Tel.0985-55-0500 Fax.0985-55-0501

※この事業は、平成28年度 独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成事業  
「貧困世帯の子どもの居場所作りと学習支援事業」の一環で実施します。