くらしの学校　～働く人がこころ豊かに～

親子★横浜 野菜キッチン

横浜野菜を使った“親子の旬野菜お料理教室”

親子で作ろう！冬のパーティーメニュー♪

寒い冬にピッタリの栄養満点、具だくさんのごちそうスープを作りましょう。
今回は**「冬野菜とミートボールのスープ」「ブロッコリーサラダ」**
デザートに**「簡単アップルパイ」**を実習します。
調理後にみなさんでご試食いただきます。
「旬」の野菜の種類や特徴、料理の楽しさなど、
「食」の大切さを**野菜ソムリエ**がお伝えいたします！

野菜のミニ授業と嬉しいお土産付き♪

メニューは食材の関係で変更になる場合がございます。

開催日時：2026年12月5日(土）10時30分～13時30分

場所	横浜市技能文化会館　６階　601料理研修室
講師	高崎　順子氏　親子★横浜野菜キッチン主宰・野菜ソムリエ上級プロ 食育マイスター・はまふぅどコンシェルジュ
受講対象	小学生のお子さまと保護者の方　※先着順8組（最少催行人数：4組)
持ち物	エプロン・三角巾・洗い物ふきん・手ふき用ふきん・筆記用具
受講料	親子ペア　3,900円　（材料費、テキスト代込み） ※ご希望でお子さま1名追加につき1,200円〈要事前予約〉
申込み	電話・ＦＡＸ・来館・会館HPにて　※前日・前々日のキャンセルはご遠慮ください。

横浜市技能文化会館

〒231-0031　横浜市中区万代町2-4-7
●JR 関内駅 南口から 徒歩5分
●市営地下鉄 伊勢佐木長者町駅 出口2 から徒歩3分

TEL　045-681-6552
FAX　045-681-6554
E-mail　gibun@socioak.com
URL　https:// gibun.jp/

（受付時間：平日 9時～17時／休館日 第2水曜日・年末年始12/29～1/3）

≪ お申込者 ご記入欄 ≫

お申込の際は、下記の情報をお伝え下さい。　記入日：　　月　　日

講座名	2026年12月5日（土）　親子の旬野菜お料理教室		
フリガナ 氏名		E－Mail	
電話番号		携帯電話番号	
どちらでお知りになられましたか？	当館・当館ホームページ・検索サイト・インスタグラム・フェイスブック・X（旧ツイッター） メルマガ・市役所・区役所・図書館・地区センター・他施設・その他（　　）		

横浜野菜を使った「親子の旬野菜お料理教室」って？

野菜で伸ばす、生きるチカラ。

親子★横浜 野菜キッチン

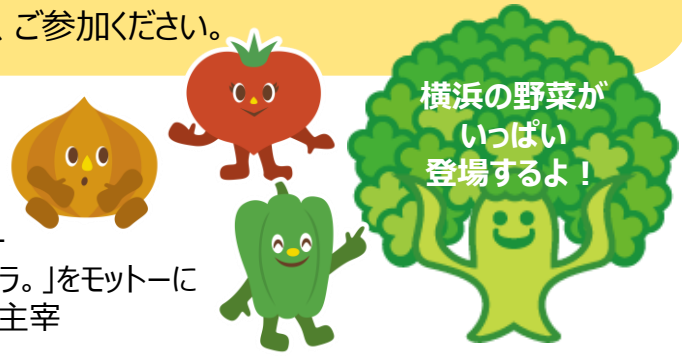
https://kodomo300g.com/

新鮮な地元野菜を素材にして、様々なレッスンメニューを展開しています。
「親子向けワークショップ」は、親子で野菜を知って楽しんで、おいしく食べるプログラム。
旬の横浜野菜を「知り」、親子で野菜を「楽しみ」、とりたて野菜の「おいしさ」を味わうワークショップです。
季節ごとに開催していく予定ですので
ぜひ、ご参加ください。

講師のご紹介

高崎　順子氏

はまふぅどコンシェルジュ
野菜ソムリエ上級プロ
食育マイスター
キッズキッチンインストラクター
「野菜で伸ばす、生きるチカラ。」をモットーに
親子★横浜野菜キッチンを主宰



スタッフからオススメポイント♪

●親子で楽しく料理をつくり、横浜地元野菜のことも知ることが出来る**「親子★横浜野菜キッチン」**のお料理教室を技文で開催いたします！！

●お料理は食材の準備や調理道具の用意、片付けまでやることはたくさん。教室では料理はもちろん、お片付けまでしていただきます。

●野菜のことをもっと知る**野菜のワークシート付**です♪

＊生産者から私たちまで、「食」は繋がっています。食の大切さを意識してみませんか。

参加者の方の声をご紹介

・子どもが野菜をたくさん食べられた！
・家ではなかなかできない調理体験をさせることができて嬉しい！　など

■JR関内駅南口から徒歩5分
■市営地下鉄伊勢佐木長者町駅出口2から徒歩3分

【立体駐車場】営業時間8:00～22:00　収容台数60台
※入庫可能サイズ　車幅1.95m 車高1.57m 車長4.75m

【横浜市技能文化会館 個人情報保護方針】
必要に応じて、皆さまから情報を収集させていただく場合があります。ただし、法令に基づく場合を除き、個人を特定できる情報を本人の同意なく第三者へ提供することはありません。なお、外部委託する際には、個人情報保護水準を十分に満たしていることを条件に選定し、機密保持契約を締結した上で委託いたします。また、本人からの個人情報の利用目的の通知･開示･訂正･追加または削除･利用の停止･消去及び第三者への提供の停止の要請があった場合には、当館で定める所定の手続きに則り速やかに対応いたします。