



R8年度 横浜ラポール文化事業 料理交流プログラム

バリアフリークッキング



※写真はイメージです



9月のメニュー

蒸し鶏とキャバツのマカロニサラダ
スコーン
マンゴーヨーグルト

9月は鶏肉とマカロニを使ったヘルシーなサラダです。
スコーンの手作りなども楽しめます！
笑顔と元気、料理でパワーチャージ！！

協力: **nippon 株式会社 ニッポン**

横浜市港北区食生活等改善推進員会(愛称:ヘルスメイト)

☆全日、同じ内容です。第1希望～第3希望まで記入できます

☆ 申込締切 8/5(水)

2026年 **9/11(金) 12(土) 19(土)** ※次回予定は 11/13(金) 14(土) 28(土)

時 間: 各回共 10:30～13:00 予定 場 所: 横浜ラポール 2階 創作工房

定 員: 12名(中学生以上の障害のある方とその家族・介助者。初めての方優先)

参加費: 各回1人 800円(介助の方も同額) 申込み: メール、FAX等にて。申込多数の際は抽選。

持ち物: エプロン、三角巾やバンダナ等の髪を隠せる物、手拭き用タオル(1人1枚)、マスク

講 師: 兼重崇子、安藤清美(株式会社ニッポン クッキングパートナー)

※小麦・卵・乳等の食物アレルギー、カロリー等制限がある方のご参加には責任を負いかねます。予めご了承ください。

申込み方法 ラポールへ直接、郵便、FAX、メール(rapo-bunka@yokohama-rf.jp)にて。以上が困難な方のみ電話申し込み可。①参加希望日。第1希望日～第3希望日まで ②参加する全員の氏名(フリガナ)・年齢 ③障害の有無と内容・食物アレルギーの有無と内容 ④郵便番号・住所 ⑤電話(FAX)番号
上記をご記入の上、申込締切の **8/5(水)まで**に横浜ラポール文化担当まで。

※抽選結果や参加日は申込期間終了後、はがき等で応募者全員に順次ご連絡します。

お問合せ・お申込み

ここからも申し込みます(メール) ➡



障害者スポーツ文化センター横浜ラポール文化担当 **かわさき まやま 川崎・間山**

電話 045-475-2055 FAX 045-475-2053

〒222-0035 横浜市港北区鳥山町 1752

横浜ラポール HP <http://www.yokohama-rf.jp/rapport/>

E-mail: rapo-bunka@yokohama-rf.jp



(R8年度 2026.7)