



# シェアキッチン Naana

美味しいものが大好きな仲間が集まって楽しくお料理  
しています。



## 子育て中の ママの為に、 毎月一回ランチ付 講座を開催しています。

2022年4月より、「ママのリフレッシュプラン楽しいNaana」を開催してとても喜んでいただいています。子育て中のママが、実家に帰ったような感じでゆっくりランチを食べたり、食や料理などについてちょっと学んだりすることができます。講座とランチの後は、忙しい日常を離れて、子育てのことだけでなく、趣味の話などをしたり、羊毛フェルトでブローチを作ったりしてのんびりしましょう。小さなお子さんには、見守りスタッフが紙芝居や絵本の読み聞かせなどしますので、ママはゆっくり楽しめますよ♪

## ゆっくりしに来ませんか

「すべてやさしい味付けでとても美味しくいただきました。」  
「ごはんが美味しくて、おかわりさせていただきました。」  
「子どももたくさん食べていたので美味しかったのだと思います。」  
「家でも作ってみたいと思いました。」  
(参加者アンケートより)

Naana は三鷹市大沢  
天文台裏バス停から1分



羊毛フェルトは一作品 500円



Menu ランチ+講座 おみやげ付き 2,800円(子ども400円)税込 4組まで

9月  
15日(金) 10:30~14:00

中華ちまき  
パンパンジーサラダ  
ワンタンスープ  
アーモンドミルク寒天

+

中華ちまき作り



10月  
28日(土) 10:30~14:00

かぼちゃのニョッキ  
きのこクリーム  
季節のサラダ  
ヨーグルトムース

+

シフォンケーキ作り



参加いただいた方先着10名様に  
セルビア雑貨プレゼント



ご予約は  
コチラから

