

親子でわくわく 食育&パティシエ体験

～夏に会える、魔法の夏イチゴ！～



【午前】11:00 ～ 12:30

※進行具合で終了時刻が前後することがございます。

【午後】13:30 ～ 15:00

※お申込みフォームよりご希望時間帯をお選びください。

※受付のため開始時間の10分前には会場にお越しください。

東京都昭島市玉川町4丁目9-22

会場：イーストテラス・サブスリー
3階会議室 (301)

対象：未就学児～小学生と保護者 (先着20組) ※各回10組

参加費：5,000円/組 (1組4名まで) ※保護者様含む

※当日現金のみ

わくわく体験一覧

体験1



夏イチゴの生食！

夏には滅多に出会えない！
栃木県日光市産の貴重な
「生の夏イチゴ」を味わう。

体験2



パティシエ体験！

3色のアイシングクッキー作り
& シュワっと美味しい夏イチゴ
甘酒ソーダ作り！

体験3

なんで形が変わるの？
味は変わるの？



食育ミニ講座

自由研究にぴったり！
地下水の力と食品ロス
(無糖外皮)を学ぶミニ講座。



管理栄養士

ただ しらべ

講師：舘田 調さん

人生に おいしい選択を。



保育園栄養士として、アレルギー食や離乳食、
大量調理、食育を通し、こどもの発達に必要な栄
養及び自然食についての知識を深める。

さらに、調剤薬局で地域の健康増進のための活
動や、精神疾患を持つ患者への栄養指導を経験。

これらの活動の中で病気になってからの食事介
入の限界を感じ、現在はフリーランスとして栄養
教室や料理教室、パーソナルトレーニングジムで
の栄養カウンセリングを通して、生活習慣病予防
や食事の醍醐味である「楽しみ」と健康を両立す
るサポート活動を行う。

また、旬の食材や発酵食品を使用したランチブ
レートを提供する週末限定カフェも運営。
モットーは「制限」から正しい「選択」へ。

地下水の力で育てた夏イチゴ

イーストテラス・サブスリーの指定管理者である八千代エンジニアリング株式会社が
栃木県日光市で地下水の冷熱を使って丁寧に育てた夏イチゴを使用します。

※見た目や形の理由で市場に出回らない規格外の夏イチゴを使用します。

イベント概要



お持物：お子様のエプロン、三角頭巾、ハンカチ



お申込み方法：お申込みフォームより (8/2より先着順受付開始)
右のQRコードもしくはイーストテラス・サブスリー HP よりご確認ください。



お土産 (予定)：当日制作したオリジナルアイシングクッキー
夏イチゴを使ったおうちで楽しめる「いちごグラノーラ (2食分)」

イベントの詳細・お申込みは
こちらのHPから▼



主催：イーストテラス・サブスリー