

# クッキングクラブ



< 食育講師 >

青木めぐみ

< 日本食料理人 >

青木健太郎

娘のアレルギーを機に食の大切さに気づき、親子向けの食育講座を多数開催。「がんばらない無添加ごはん」をテーマに体験型の調味料専門店「調味料ラボ」を運営。

## 「クッキングクラブ」とは？

料理を作る力は、子どもたちの“生きる力”そのものです。  
ごはんが手軽に買える今だからこそ、自分で作れた！ という体験は、大きな自信につながります。

合言葉は、「自分で作れば、いいこといっぱい！」  
食の世界を、一緒に楽しく広げていきましょう。

対象：市立全中学校生徒（1～3年生）

日程：2026年1月25日（日）～2026年3月21日（土）

場所：AKIGAS体験館（昭島ガス構内） 定員：10名

参加費：無料 持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具

申込み〆切：2026年1月21（水） ※お申し込み多数の場合、抽選となります。

土/日

10:00-13:00

令和7年度 活動スケジュール

- ① 1/25（日）
- ② 2/14（土）
- ③ 2/28（土）
- ④ 3/8（日）
- ⑤ 3/15（日）
- ⑥ 3/21（土）

保護者向けオンライン説明会

日時：1/14（水） 18:00-19:00

※詳細はポータルサイトをご確認ください。

主催：昭島市教育委員会

運営：スポーツデータバンク株式会社

協力：昭島市 学校部活動の地域連携・地域移行に関する協議会／昭島ガス株式会社

お申込み・お問い合わせは、こちらのQRより▶  
「あきしまRe:Clubポータルサイト」をご覧ください▶

