

# 楽しく学んでおうちで実践！食育講座

料理が苦手な方にぴったり！明日からあなたも料理上手に！

※健康推進課の食育事業です

毎日の料理づくりに役立つ情報を管理栄養士がお話します♪

## 日時・場所

✳ 令和6年3月5日（火）午前9時30分から午前11時30分

（午前9時20分 託児引渡し）

✳ 牧之原市総合健康福祉センターさざんか2階 栄養指導室

（託児はさざんか2階 多目的室）

## 対象

✳ 3歳未満児をもつ保護者 定員 保護者：20人（先着順）

託児：14人（先着順）

## 内容

①講話 「子どもの食べる力を育む食事」手軽にできる離乳食・幼児食の調理の工夫など

②体験 「時短！簡単レシピ」レシピの紹介、調理実習・試食等

## 参加費・持ち物

✳ 参加費 100円（当日集金します）

✳ 持ち物 エプロン・三角巾・布巾・持ち帰り用の容器

## 申込み

✳ 申込期間

2月20日（火）まで（先着順）

✳ 申込方法

下記の申込書を健康推進課窓口（さざんか内）へ提出

もしくは健康推進課へ電話

## 託児

当日、お子さんを見てくださる方がいない場合は託児をします。託児が必要な方は、申し込み時に予約してください。

\*託児カードをお渡しします。

\*持ち物や注意事項等は託児カードを参照してください。

## お問い合わせ

牧之原市健康推進課（水嶋・中島）0548-23-0027

✂ キリトリ線 ✂

楽しく学んでおうちで実践！食育講座 申込み（申し込みは1月22日（月）から受け付けます。）

氏名		生年月日（3月5日時点の年齢）	電話番号
保護者		S・H 年 月 日（歳）	
子ども		H・R 年 月 日（男・女）（歳 か月）	
託児希望		H・R 年 月 日（男・女）（歳 か月）	

<事前アンケート>

食事の準備について困っていること・聞きたいことはありますか？