

令和8年度

# おやこ食育教室

栄養士が幼児食についてお話しします。



親子で楽しめる、簡単な調理体験をご用意しています。

## 対象

1歳6か月から3歳11か月までの幼児とその保育者  
6組程度



## 内容

- ・栄養士による食育のお話
- ・簡単な調理体験と試食



- 開催時間 10:00～12:00
- 開催日 裏面の日程表をご確認ください
- 会場 城東保健センター 2階  
(葵区城東町24-1)
- 参加費 無料
- 持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル  
マスク(調理体験中)、筆記用具
- 申し込み 二次元コードからお申込みください

※ 希望する教室が定員に達した場合、キャンセル待ち予約が可能です。

市ホームページ  
「おやこ食育教室」内の  
申込フォーム



キャンセル待ちの方は、担当から電話連絡があった場合のみ教室に参加できます。

- ①食物アレルギーをお持ちの方は、必ず申し込み時(申請フォームにて)にお知らせください。
- ②調理体験中は、マスクの着用にご協力ください。
- ③参加ができなくなった場合(発熱等体調不良がある場合、都合が悪くなった場合など)は、お手数ですが、下記へ電話連絡をお願いします。

## 【問合せ】

5月1日まで TEL 249-3196  
葵区役所健康支援課 栄養士 5月7日から TEL 221-5049

## 開催日とメニュー

対象 1歳6か月から3歳11か月までの幼児とその保育者

開催月	日程	メニュー ※メニューは変更になることもあります		申込み開始日 (9:00以降)
5月	26日(火)	おにぎり 茹で野菜	豆腐ディップで 野菜を食べよう	4月7日(火)
7月	28日(火)	そうめん	そうめん色々な 具をのせてみよう	6月9日(火)
9月	30日(水)	おにぎり みそ汁	アルファ化米を使って おにぎりを作ろう	8月7日(金)
11月	25日(水)	サンドイッチ 野菜スープ		10月6日(火)
1月	26日(火)	カップ寿司 野菜スープ	ごはんに合わせて酢、具を 混ぜてお寿司を作ろう	12月8日(火)
3月	5日(金)	サンドイッチ フルーツヨーグルト		2月9日(火)

※風水害等により**内容変更**や中止となる可能性があります。

※試食はお子さんにとっての適量を、大人も召し上がっていただきます。

※お子さんのエプロンは、普段使用している食事用エプロン等で  
構いません。三角巾はハンカチを代用していただければ結構です。

※お子さんの食事に関するご相談がありましたら、  
各区役所健康支援課 栄養士までお電話ください。

