

令和7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歳の幼児とその保育者 6組程度



内 容

- ・栄養士による食育についてのお話
- ・簡単な調理体験と試食
- ・個別相談(希望があれば)

- 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 城東保健福祉センター 2階調理実習室
- 参加費 無料
- 持ち物 エプロン、三角巾、ふきん
マスク(調理体験中)、筆記用具
- 申し込み QR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。

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キャンセルの場合(発熱等体調不良がある場合、都合が悪くなった場合)は、お手数ですが下記へ電話連絡をお願いします。

問合せ先

葵区役所健康支援課

054-249-3196

開催日とメニュー

対象 1歳6か月から3歳の幼児とその保育者



開催月	問合せ先:葵区役所健康支援課 ☎ 249-3196			申込み開始日 (9:00以降)
	日程	メニュー		
5月	21日(水)	おにぎり 茹で野菜	ごはんを具をまぜて おにぎりをにぎろう	4月8日(火)
6月	18日(水)	サンドイッチ フルーツヨーグルト	食パンに具をのせて くるくる巻いてみよう	5月8日(木)
7月	16日(水)	手打ちうどん	小麦粉をこねこねして うどんを作ろう	6月10日(火)
9月	 17日(水)	おにぎり みそ汁		8月7日(木)
10月	29日(水)	サンドイッチ フルーツヨーグルト		9月8日(月)
11月	19日(水)	手打ちうどん		10月8日(水)
12月	 17日(水)	サンドイッチ ポテトサラダ		11月10日(月)
2月	18日(水)	おにぎり とん汁		1月8日(木)
3月	  2日(月)	カップ寿司	ごはんに合わせて酢、具を 混ぜてお寿司を作ろう	2月9日(月)



※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。

