

おいしく学ぶ!

無料 予約制

親子の栄養講座

各回簡単な
調理実習をします

《朝ごはん編》

朝ごはんってどうして大切なの？

令和8年7月29日（水）

10:00～11:30（受付9:45～）

予約開始：7月8日（水）9:00～

《おやつ編》

おやつ役割って何だろう？

令和8年12月23日（水）

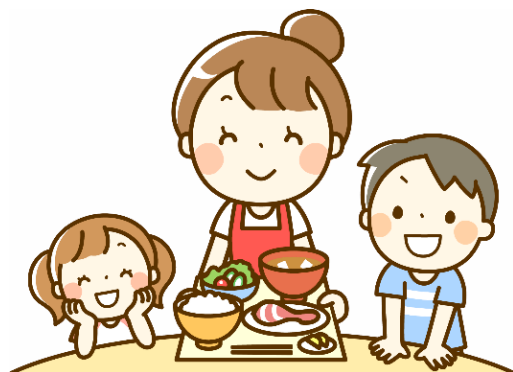
10:00～11:30（受付9:45～）

予約開始：12月2日（水）9:00～

申込み方法等
詳しくは↓



親子で一緒に
お食事について
考えてみませんか？



◇対象◇

年長～小学校3年生とその保護者
保護者1人につき子ども2人まで
※お子様のみの参加はできません

各日先着18人

◇場所◇

昭和保健センター 4階 栄養室

◇持ち物◇

エプロン・三角巾・手をふくタオル・飲み物・筆記用具