



## 食を考える講座

# 子どもと一緒に料理を楽しむために

成長期の子どもたちにとって、健康で豊かな生活を送るために「食事」はとても大切です。私たちの食生活は、ライフスタイルの多様化などに伴って大きく変化し、その影響をいちばん受けているのが子どもたちです。子ども時代の食生活が、生涯の食習慣に大きく影響します。

「料理って楽しい!」「食べるのって楽しい!」「だれかに作ってあげたい!」

子どもたちが料理の楽しさを実感することは、食への関心を高めます。

普段の食生活の中で心がけたいこと、子どもと一緒に料理を楽しむためのてだてなどをお話ししていただきます。その後調理実習をして、みんなで食事をしながら意見交換しましょう。どうぞ、ご参加ください。

日時：10月 31 日（金） 10:00～13:00 ごろ

会場：楽々園公民館 2F 実習室

講師：曾我部 美代子 さん（管理栄養士）

定員：20人

参加費：500円（材料費） 託児有り（要申込み）

持ち物：エプロン・三角巾・ふきん

参加ご希望の方、託児ご希望の方は、下記まで電話・FAX・メールでお申し込みください。

主催 「学びあい、支えあい」地域活性化推進事業 中四国子どもNPO実行委員会

実施 NPO法人子どもコミュニティネットひろしま（旧おやこ劇場ひろしま）

広島市中区八丁堀 3-1 幟会館 2 階

TEL 082-511-0004 FAX 082-225-0156 E-mail info@kodomo-net.jp

08. 10. 31 講座申込書

お名前	住所	TEL/FAX
託児希望		
お子さんの名前・年齢	( 歳)	( 歳)

\*この申込書に記載していただく個人情報は、本事業のみに使用し第三者に提供することはありません。