



親子料理教室

地元野菜を使って美味しい料理をみんなで作って、楽しみながら食育や健康づくりをする教室です。親や祖父母と子どものふれあいの機会をつくり、家族に笑顔が生まれることも目的としております。また、簡単な健康教室を行います。

日時

平成30年8月23日(木) 9時30分～13時30分



9時30分～ アイスブレイク

10時～ 調理 さつま飯、野菜のおかず、デザート ※変更の可能性あり

11時30分～ 食事 後片づけもみんなでやりましょう

12時30分～ 学習会 テーマは「適切な塩分、糖分」を考えています ※変更の可能性あり

13時～ アンケート

場所

伊予市生涯研修センター さざなみ館



募集

対象:6歳から小学生、保護者同伴

親だけでなく祖父母でも良いです♪

8組16人程度 ※1組3人以上でも可能

参加費:一人 500円

申込〆切:8月10日(金)

キャンセル〆切:8月20日(月)

持参物:エプロン、三角巾、筆記用具



講師

伊予診療所 医師 藤原 匠平、管理栄養士 野本 尚子

申込者 保護者の名前	こどもの名前 学年(年齢)	ご連絡先 TEL