

佐世保市子育てアイデア実現化事業



健康な食生活を送るための講話

～第2回朝食欠食しないためにできること～

【日時】2月24日(日)

【場所】山澄地区公民館 4階 料理実習室(潮見町14-14)

【対象】小学1年生から小学6年生のお子様と、ご家族の方(先着8組)

【申し込み】お電話またはメールにて、お名前・参加人数をご連絡下さい

(参加費無料)

【持参品】エフロン・三角巾・手拭きタオル・飲み物・筆記用具

【内容】忙しい朝に朝食を食べることができないことがある。朝食欠食すると、前日の夕食から昼食まで12時間以上の供給がないことになります。朝食の大切さを親子で学び、簡単なさばサンドとスープを作ります。



12:40～13:00 受付

13:10～13:40 講話

13:50～15:00 調理

【申込み・問い合わせ先】

TEL:080-5281-7573

Mail:hrs229etwg@gmail.com

(村中)