



みなさん野菜は食べていますか？

野菜が大事なのはわかっているけど・・・、子どもがなかなか食べてくれなくて・・・など、野菜を食べることについて悩んでいる方も多いのではないのでしょうか？

夏は野菜のおいしい時期です！

旬の野菜を使った料理を作って、お子さんと一緒に食べてみませんか？

日時 令和6年8月22日（木）10：00～13：00 ※終了時間は前後することがあります
（受付は9：30までに2階ふれあいルームにお越しください）

内容 ①野菜について（講話） ②野菜を使った幼児食の調理（調理実習）
メニュー：納豆とオクラのネバネバそばろ丼・夏野菜の具だくさんみそ汁
・パプリカの塩こんぶ和え・なすときゅうりのコンポート

会場 東彼杵町総合会館 調理実習室・和室研修室（彼杵宿郷 706 番地 4）

対象 幼児食に興味のある方。食物アレルギーなどをお持ちの方はご相談ください。

定員 12名程度（乳幼児同伴可・託児有）※小学生以上は調理実習参加可

持ってくるもの エプロン・三角巾・ハンドタオル・筆記具・（幼児用のスプーン等）

参加費 300円（小学生以上）

その他 食事の持ち帰りはできません。離乳食の方はご持参ください。（おかゆのみ準備有）

《参加申し込みについて》

子育て支援「すくすくねんね」までお申込みください。

〒859-3807 長崎県東彼杵郡東彼杵町彼杵宿郷706-4 総合会館 保健センター内

TEL：0957-46-0737 sukusukunene@yahoo.co.jp（土日祝除く 9：00～15：30）

申込締め切り：8月5日（月）

主催：長崎短期大学（地域共生学科食物栄養コース）・東彼杵町

後援：全国栄養士養成施設協会