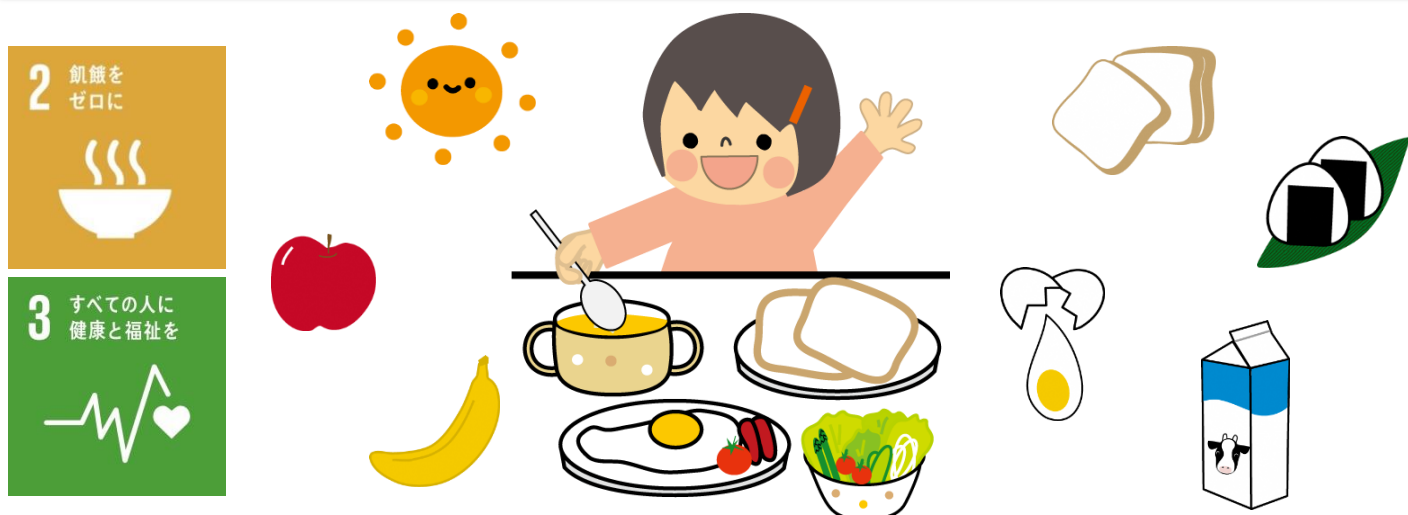


幼児を元気にする スピード朝ごはん ～たった3つを入れるだけ～



朝食をとることは、生活リズムがつき健康的になるなど、子どもの成長・健康にとって大切です。しかし、育児中の朝は忙しく、朝食の準備や食事に時間をかけられないことも多いです。今回の講座では、子どもに必要な栄養についての講義と、手早く簡単に作れる幼児向けの朝食の調理実習を行います。

調理実習の参加は親子10組程度とします。
講義のみの参加も可能です。※こども同伴可、託児あり

日時：平成31年1月26日（土） 午前10時～午後1時

※講義のみ参加の場合は午前10時40分まで

場所：水俣環境アカデミア（水俣市南福寺6-1 旧水俣高校跡）

講師：白石 美恵先生

（九州女子大学家政学部栄養学科准教授）

参加無料

参加希望の方は、裏面参加申込用紙に記入の上、お申し込みください。

【お問い合わせ先】

水俣市総合政策部政策推進課 水俣環境アカデミア

〒867-0023 水俣市南福寺6-1

電話：0966-84-9711 FAX：0966-84-9713

メール：academia@city.minamata.lg.jp

参加申込用紙

下記の必要事項にご記入のうえ、お申込いただきますようお願いいたします。
FAX 0966-84-9713
e-mail academia@city.minamata.lg.jp

※お電話での申込みも可能です。
TEL 0966-84-9711

1/26 (土)「幼児のためのスピード朝ごはん」講座 申込書							
時間：午前10時00分～午後13時00分 場所：水俣環境アカデミア (水俣市南福寺6-1)							
氏名	住所	電話	FAX	メールアドレス	参加内容 (どちらかに○)	託児 (どちらかに○)	託児が必要な場合
ふりがな					講義のみ ・ 講義及び実習	要 ・ 不要	お子様の氏名 ふりがな
1							歳
ふりがな					講義のみ ・ 講義及び実習	要 ・ 不要	ふりがな
2							歳
ふりがな					講義のみ ・ 講義及び実習	要 ・ 不要	ふりがな
3							歳
ふりがな					講義のみ ・ 講義及び実習	要 ・ 不要	ふりがな
4							歳
ふりがな					講義のみ ・ 講義及び実習	要 ・ 不要	ふりがな
5							歳
ふりがな					講義のみ ・ 講義及び実習	要 ・ 不要	ふりがな
ご質問等							