

平成28年度

しょくいくりょうりきょうしつ

# 食育料理教室



食べたい物を  
バイキング形式で

## おいしいごはんを作って食べて 元気なカラダをつくらう！

対象者：小学4・5・6年生およびその保護者  
5・6年生…児童のみで参加可

	実施日時	場所	申し込み締め切り日
A	7月26日(火) 9:30~13:00	フェリエ 5階 (市民交流プラザ) 調理実習室	7月15日(金)
B	8月 8日(月) 9:00~12:30	保健センター 3階 栄養指導室	7月27日(水)

おたのしみ★

内容：栄養バランスのと<sup>こ</sup>り方、献立の立て方についてのお話  
メニューのポイントと作り方の説明  
調理実習  
バイキング形式で料理を選びます  
試食

参加費：500円/人

持ち物：米1合/人、エプロン、三角きん(バンダナ)、  
ハンドタオル、食器ふきん

定員：各日 先着20名程度(親子あわせて)

★申し込みは、「氏名(親子で参加は親子ともに)・学年(または年代)・性別・住所・電話番号」を明記の上、ファクス、電子メールまたは電話にて。

※参加場所が学区外の場合は保護者の送迎が必要です。

◎申し込み・問い合わせ先  
草津市役所 健康増進課  
健康増進グループ

TEL:077-561-6683

FAX:077-561-2491

E-mail:kenko@city.kusatsu.lg.jp

くさつヘルスアッププロジェクト2016