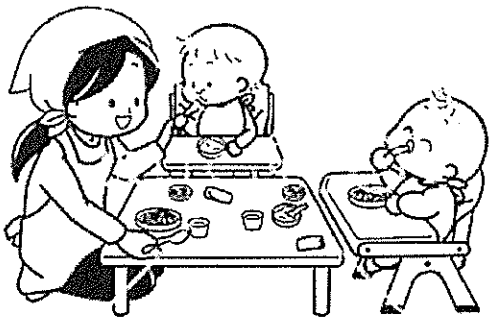
保護者（親御さま・祖父母さま）のみのご参加も大歓迎！

お子さんと一緒に参加できます！

幼児期の「食事」どうしてますか？

バランスよく一日３食食べることはとても大事なことですが、小さなお子さんの胃はまだ小さく消化機能も未発達です。
幼児期に必要な栄養を摂る助けになる「補食」としてのおやつにも注目した講座です。



【日時】１２月１１日（金）１０：３０～１２：００
【場　所】駒岡地区センター　中会議室
★お子さんと一緒に座って、参加できるようマットをご用意します★

【対　象】就学前までのお子さんと保護者（ご兄弟可）
【定　員】先着　２０組
【講　師】鶴見区食生活等改善推進員会
（駒岡・下末吉地区ヘルスメイト）
【申　込】駒岡地域ケアプラザ　地域交流　氏家
電話：045-570-6601
申し込み１１月１１日～開始

（育ち・学びの世代向け横浜市委託事業の一環として実施します）

お申込お待ちしています！