

## <食育講座>

# 「混ぜご飯とブロッコリーが 食べれるメニュー」



今回は、栄養士の田中先生をお招きして食育講座を開催します。  
目で見、耳で聞いて、匂いを嗅ぎ、食べてみるという「五感を使って」学ぶ  
講座です。

“なかなかご飯を食べてくれない…” “白いご飯しか食べない…” “野菜が嫌い” など、どうしたら食べてくれるんだろう？とお悩みの方もいると思います。実際に目の前で調理をしながらお話をしていただきます。ぜひ、お子さんと一緒に簡単な料理を試食してみてはいかがでしょうか？食べれるきっかけになってくれるといいですね。

【日時】 令和8年3月19日(木) 10:00～11:30

【場所】 幼稚園ホール

【講師】 管理栄養士 調理師 田中真須美先生

【内容】 「混ぜご飯とブロッコリーが食べれるメニュー」

【対象】 2歳～就学前のお子さんとその保護者（親子で参加）

【参加料】 無料

【持ち物】 筆記用具・室内履き（スリッパ等）



【申込み】 QRコード又はURLよりお申し込み下さい。

申し込み開始 2月7日(土)より

<https://public.leyserkids.jp/sp/697308b066d41e67c50eb7ce?type=Activity&channel=default&sid=0&self=0>



### <講師ご紹介>

田中 真須美（たなか ますみ）



大手商社などでヘルスカウンセリングを経て、現在は知的障害者施設で栄養管理を行っている。子どもからお年寄りまで幅広く栄養カウンセリングを行う。“冷蔵庫診断”など面白く実践できる講座が好評を得ている。

未就園児イベントのお知らせ

第2回

## おもちゃ広場 ～木のおもちゃであそぼう！～



手作りの木のおもちゃに触れて、ぬくもりや温かさを感じながら、親子で過ごしてみませんか？ また、子育てのことやお子さんの発育等、保健師の相談会も行っています。ぜひ、遊びに来て下さい。

【日時】 3月24日(火)

【時間】 9:30～11:00

\*時間内の出入りは自由です。好きな時間に来て下さいね。

【場所】 幼稚園内

【対象】 未就園児(0～2歳児)のお子さんと  
その保護者

【費用】 無料

\*予約は不要です

子育てのことや  
お子さんの発育について等、  
保健師の相談会も行っています。

