

作って 聴いて 食べて学ぶ 食育講座

8 / 1 木
10:00～12:00

児童と保護者は別部屋で
講座に参加します

児童

給食を作ろう！

給食の人気メニュー、
ごまきゅうりを作ってみ
よう！作った後は、お母
さんお父さんに食べても
らおう！
デザートもあるよ！

※包丁を使った調理があ
ります

保護者

朝ご飯って とっても大切

朝ご飯の大切さについて
学びます。
座学の後、子どもが作
った給食レシピと一緒に
試食します！
講座の途中、子どもの様
子を見ることもできます
よ～！



北海道文教大学
人間科学部健康栄養学科
准教授 小塚 美由記 氏

天竺大学で栄養学を学び、2015年に北
海道教育大学で修士号を取得。食育に
おける栄養教諭の役割について研究。
2021年に大阪府立大学で論文博士号を
取得し、アロニアベリーに含まれる酵
素阻害物質の生活習慣病予防に関して
研究。

食育プログラムの効果を研究し、参
加者の食行動や健康に与える影響を
調査。食に対する関心や食育の普及
がもたらす効果や若者の食に対する
行動変容を促進する方法についても
探求し、個人の健康増進と社会全体
の福祉に貢献することを目指す。

花川北コミュニティセンター

2階 視聴覚室・調理室（石狩市花川北3条2丁目198-1）

小学生の親子 定員15組 託児有り(要相談)

持ち物：三角巾・エプロン・ハンドタオル

7/24(水)応募締切

お申し込みは電話にて

〒061-3217

石狩市花川北7条1丁目26番地 石狩市民図書館内

石狩市教育委員会社会教育課

TEL: 0133-72-3173（平日9:00～17:00）

講座開催後は石狩市家庭教育講座チャンネルにて配信予定 チャンネルはこちら→

