

# 食育講座

## ～体力・知力も変わる食事の力～

食が変われば子どもの体力・学力も変わります。専門的なお話、調理実習まで、あなたのお悩みにもお答えします。全3回の実施。輝け子どもの未来！！

2024年  
9/29・10/6・10/20  
いずれも土曜日  
10時～11時30分

Question  
&Answer あなたの  
疑問にお答えします

健脳食とは  
事例を交えてお話しします

調理実習  
豆腐ハンバーグ(予定)

- 場 所 長作公民館 会議室・調理室
- 対 象 幼児・小学校・中学生の保護者 10名
- 講 師 食育指導士 千葉 まり子氏
- 材料費 400円
- 募集期間 9/2(月)～16(月)

※応募多数時は抽選となります。募集期間内で定員に満たない場合は先着順で申込みをお受けします

### 申込み・問合せ

長作公民館 花見川区長作町 1722-1  
TEL 043-258-1919 FAX 043-286-6449  
電話または当館窓口(9時～17時)  
またはHP 申込みフォームから申込みできます

### 長作公民館HP

