



親子ですすめる 食育講座



初めての離乳食、情報はたくさんあるけれど
よくわからない～ってことないですか？
離乳食終わっても、ごはんで悩むことも意外とあるのでは？
そこで！栄養士さんによる離乳食の実演や試食、
気になるためになる、「食」のお話を聞いてみましょう♪
毎日のごはん作り、何かヒントが見つかるかも！



日 時 1月22日（木）10時30分～11時30分予定

場 所 中井市民センター

講 師 小倉北区役所保健福祉課 栄養士 河合 美穂 氏

参加対象 0歳～3歳のお子様と保護者

参 加 費 無 料

持 ち 物 水分補給用の飲み物をご持参ください

主 催 中井市民センター（お問合せ・お申し込み先 TEL 591-8750）

共 催 中井校区アンビシャス広場委員会

※お申し込みは中井市民センターまでお電話か下記用紙をご提出をお願いします



※

お申込先 中井市民センター

◆ 親子ですすめる食育講座 申込書 ◆

受付No. _____

	お名前(すべてカタカナでも可)	性別	年齢(子どもさんは月齢を)
(フリガナ) 保護者	()	男・女	いざれかを○で囲んで下さい 19～39才・40～64才・65才以上
(フリガナ) お子様	()	男・女	才 ケ月
連絡先 電話番号			

【お願いとご注意】

講座の際の写真を市民センターの広報（センターだよりやホームページに掲載など）に使用します。

その点をご了解の上、必ず保護者がお申し込み下さい。

ご記入いただきました個人情報は適切に管理し、本講座以外の目的に使用しません。