

令和8年度(2026年度)

子どもと一緒に楽しく「食の大切さ」を学べる工夫がいっぱい!



講師料は無料です!



# こどものための食育推進講座



子ども会やPTA活動にもご利用ください。



(実施期間)



令和8年5月 ~ 令和9年2月



月曜日~金曜日(祝日を除く)、午前9時30分から午後4時まで。

\*時間は1時間程度です。

(この講座は、尼崎市未来いまカラダポイント対象の講座です)

《講座内容:例》

「望ましい食習慣の確立」

- ★早寝早起き朝ごはん(カンタン朝ごはんメニュー)
- ★野菜をおいしく食べる工夫(野菜を使ったおやつ作り)
- ★バランスのいい食事選び(簡単お弁当作り)

など



「食に対する感謝の気持ちを育む」や「食文化の継承」

- ★作ろう、伝えよう行事食、みそ作り
- ★地産地消、旬や尼崎産兵庫県産の野菜について
- ★「もったいない」ってどんなこと?(エコクッキング)
- ★加えて欲しい災害時に必要な準備のひとつ(パッククッキング)



その他、離乳食&幼児食など子どもの年齢に応じた食事のお話も可能です。

**対象** 市内に在住、在学している10人以上の団体・グループ

\*1グループにつき年度内1回とします。

**場所** ご希望場所に伺います(会場はご用意ください)

\*会場費用は申し込み者負担となります。

\*北部保健福祉センター(阪急塚口駅前)、南部保健福祉センター(阪神出屋敷駅前)での実施をご希望の場合はご相談ください。

**費用** 講師料は無料です。

ただし、会場の手配や準備、費用の負担、実習費用の負担は皆さまでお願いします。

**申し込み方法** 実施希望日の1か月前までに、電話またはファクスにてお申し込みください。

申し込み先、問い合わせ先

北部保健福祉センター 管理栄養士

電話(06)4950-0637  
ファクス(06)6428-5110