

おやこ^{しょくいく}食育セミナー

家庭への食育を推進するため、「おやこ食育セミナー」を開催します。

おやこで一緒に食育活動を楽しみながら、学びましょう！



1. たいけんしよう！

食育たいけん

○紙上バイキング

料理カードを使ってバイキングたいけん！
バランスのよい食事をえらべるかな？

○食缶もりつけ

調理員さんになった気分で、もりつけをたいけんしてみよう！
ぴったり重さを計れるかな？

○スープ飲み比べ

塩分の濃さが違うスープを飲み比べよう！
「おいしい」と感じる塩分はどれかな？

○手洗い・エアシャワー

手洗いチェッカーを使って、正しい手洗いを学ぼう！エアシャワーもたいけんできるよ！

たのしく学べる

たいけんがいっぱい！！

○食育クイズウォークラリー

給食センターを見学しながら、クイズを探して答えよう！めざせ、全問正解！



2. 作って学ぼう！

食育のおはなし

「ジュースのひみつを知ろう」

講師：栄養教諭

毎回好評のジュース作り。
夏の水分補給について、
おやこで作って学ぼう！



3. えらんで食べよう！

バイキング給食

お昼ごはんは、バイキング給食！！
紙上バイキングたいけんで学んだことを生かして
バランスよくえらんでみよう！



日時

7月21日(土)・22日(日)
9:30~13:00
※受付9:00開始 各日同じ内容です。

会場

青森市小学校給食センター
(青森市三内字丸山393-261)

対象
定員

小学生とその保護者
各日 40組 90名(申込順)

料金

ひとり350円 (バイキング給食材料費)
※7月17日(火)以降のキャンセルは食材発注済みのため料金をいただきます。

申込

7月2日(月)~13日(金)にメール・ファックス・電話で申込み
参加希望日、氏名、児童の学校名、住所、連絡先、
食物アレルギーの有無をお知らせください。
メール：shogaku-kyushoku@city.aomori.aomori.jp
ファックス：017-766-7203
電話：017-782-3765(土日除く)

児童は内ばき・箸・筆記用具・
飲みものを持ってきてね！