

幼児期の食事ポイント



～食事バランスと調理の工夫～



講師 中野区フリー活動栄養士会 鳩宿 愛

栄養士さんのおはなしを聞いて、茶話会をしませんか？

日 時 : 平成30年12月18日(火)10時～12時

場 所 : 上高田区民活動センター 2階 洋室 1・2号室

参加費 : 無料

対 象 : 上高田地区にお住いで幼児の保護者の方

申込受付 : 11月15日(木)～12月5日(水)※先着30名

申込方法 : 上高田区民活動センター運営委員会事務局へ直接来所、
または電話にて。 TEL 3389-1325

「食育のお話と簡単レシピをゲットした後は、ほっとしたひとときをすごしませんか？

お茶とお菓子で茶話会をしながら、子育て奮闘記を

みんなで共有しましょう！



そしてお話をしながら、クリスマスも近いことですし、

松ぼっくりツリーを作ってお土産になんていかがです？



お子さま連れでの参加も OK です♡

※小さなビーズを扱いますので各自でご注意ください。

みなさんのお越しをお待ちしております。



主催 上高田区民活動センター 運営委員会

お問合せ 上高田区民活動センター 運営委員会 事務局上高田2-11-1 TEL 3389-1325