

# 食育親子ワークショップ

このワークショップでは、将来をみすえた身体づくりと果物をとることによる葉酸について学び、ゲームで楽しみながら健康について考える機会を提供しています。

対象：小学5・6年生と  
その保護者20組  
参加：無料

## 葉酸ってなあに？ ～今からできる健康な身体づくり～

2024年8月20日（火）

9:00～12:00

エルプラザ 大研修室A（札幌市北区北8条西3丁目28）

### 第一部：楽しく学ぶミニ講座

- |                  |                |
|------------------|----------------|
| ①葉酸ってなんだろう？      | 金高有里（管理栄養士）    |
| ②次世代につなぐ大切な身体づくり | 河崎和子（アドバンス助産師） |

### 第二部：食を楽しもう！

- |                |             |
|----------------|-------------|
| ①食事のバランスチェック   | 米田実央（管理栄養士） |
| ②まんまカルタで発見しよう！ | 小川克子（保健師）   |

【申し込み】2024年7月22日まで（先着20組）

URL：<https://forms.office.com/r/xykGTSXDj8>

※定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。  
※第2回は3月頃を予定しています。

ツルハ医療・介護サービス協会より助成金を受託した活動です

札幌保健医療大学 - 親準備期世代食育推進研究会  
問い合わせ先：TEL.011-792-3350（代表：河崎）

楽しい  
ゲームで  
景品ゲット!

お申し込みQRはこちらから

