

健康知恵袋

「子育てパパママ料理教室」

黒潮町では、母子保健事業として「パパママ料理教室」を行っています。



目的

「料理が苦手」「レパートリーが少ない」「料理が上手になりたい」との声で始めました。子どもの栄養だけでなく、家族の栄養について考える機会にもなります。子育てをしているパパやママの交流の場にもなっています。

対象者

0歳～就学前の子育て中のパパやママ

※子どもと参加される場合は、託児スペースを設け、保健師・保育士等スタッフが対応します。

実施場所・日時

総合センター
(役場佐賀庁舎前)

10月5日(月)

午前10時～午後1時

保健福祉センター
(役場大方庁舎前)

10月15日(木)

午前10時～午後1時

※材料などの準備がありますので、参加ご希望の方は、総合センターでは10月1日(木)までに、保健福祉センターでは10月9日(金)までにご連絡ください。

参加料

無料

持ってくるもの

*エプロン・三角巾

(子どもと参加される場合は食事時に必要なエプロンなど)

内容

栄養士による調理実習では、楽しく学びながらワイワイとにぎやかに調理します。



調理後は日頃の育児のことなど語りながら、みんなでおいしくいただきます。



- ・前回のメニュー
- ・春らんまん花寿司
- ・ポテトサラダ
- ・おいしいもの
- ・フルーツポンチ



今年も離乳食レシピもあるよ!



参加者の声

「交流を深めながら料理を作れた」「帰ってからも作るうと思う」「子どものことな

ども聞けるのでよかった」などの声がありました。「今年はいっつ?」など、リピーターもいます。みなさん楽しく料理してみませんか?ぜひパパやママの参加をお待ちしています。



離乳食のことでお悩みがありましたら栄養士が相談をうかがえます。お気軽にご相談ください。

○お申し込み・お問い合わせ
健康福祉課 保健衛生係
大方総合支所
☎ 43-2836 (直通)

佐賀総合支所
☎ 55-7373 (直通)