



おやこの食育教室

実施期間 令和6年7月～10月

長崎市食生活改善推進員による料理教室

親子で調理体験をすることで食事の大切さを学びます。
親子のコミュニケーションの場にもなっています。



今回のメニューは・・・
焼きカレーパン・豆苗とコーンのごま和え
野菜たっぷりミルクスープ・簡単ラスク



特に「朝食をとること」「薄味に慣れること」に重点をおき、役に立つ情報を発信しています。

- ・中央総合事務所地域福祉課・南総合事務所地域福祉課
- ・北総合事務所地域福祉課 ・東総合事務所地域福祉課