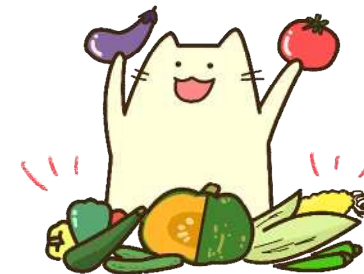


令和8年度

栄養に関する教室のご案内



健康センターでは、妊娠中の食の大切さを知っていただくための「妊婦食教室」、幼児期の栄養について学ぶ「幼児食教室」、食育を目的とした「親子食育講座」、5歳児の虫歯予防と栄養についての教室「ビーバークラス」の開催を予定しています。

クラス名	妊婦食教室			幼児食教室			親子食育講座			5歳児虫歯予防教室 (ビーバークラス)		
対象	安定期の妊婦			離乳完了期～5歳児の保護者			年長児～小学生と保護者			就学前の5～6歳児と保護者		
日程	広報掲載日	会場	広報掲載日	会場	広報掲載日	会場	広報掲載日	会場	広報掲載日	会場		
	6月18日(木) 13:30～15:00	5/1	健康センター	5月29日(金) 10:00～11:30	4/15 S&D たまぐー	6月20日(土) 10:00～13:00	5/15 S&D たまぐー	5月16日(土) 10:00～12:00	5/1	東青梅		
10月1日(木) 13:30～15:00	9/1	健康センター	11月5日(木) 10:00～11:30	9/15 S&D たまぐー	12月19日(土) 10:00～13:00	11/1 S&D たまぐー	7月11日(土) 10:00～12:00	6/15	河辺			
内容	<p>気になっていること、なんでもご相談ください！ お話ししながら、いっしょに解決しましょう！</p> <p>妊娠中の栄養について管理栄養士がお伝えます。実習もあるかも?!!</p>			<p>1月27日(水) 10:00～11:30</p> <p>12/15 S&D たまぐー</p> <p>幼児期の栄養・食事について管理栄養士がお伝えます。 作って、味見して… 楽しく学びましょう！ 《簡単な実習あり》</p>			<p>6月は『食育月間』 親子で協力して、クイズや料理に Let's try!</p> <p>親子で『食育』について考える講座です。簡単な実習もあります。</p>			<p>11月28日(土) 10:00～12:00</p> <p>11/1 新町</p> <p>永久歯の話・一人磨きの練習・栄養について、歯科衛生士と管理栄養士がご説明します。簡単なおやつも作ります！</p>		
	注意事項	<p>・次のいずれかに該当する場合は、ご参加をお控えください。 (ア)来館前に自宅で検温を行い、「37.5度以上の発熱」または「平熱と比べて1度以上高い」場合 (イ)体調不良(咳など風邪の症状、息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、味覚を感じない等)の方</p>										
会場	<p>青梅市健康センターほか ※ 会場については、広報おうめ等で確認をお願いします。</p>											
お問い合わせ お申し込み	<p>こども家庭センター(健康センター内) 電話 23-2191</p>											



※ 天候等、諸般の都合により変更・中止になる場合があります。最新情報は、広報、市ホームページ等をご確認ください。