

令和6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			2～5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	受付開始日		広報掲載日	受付開始日		広報掲載日	受付開始日		広報掲載日	受付開始日
	7月10日(水) 13:30～14:15	6/15	6/17	5月14日(火) 10:00～11:30	5/1	5/1	6月15日(土) 10:00～11:30	5/15	5/15	5月18日(土) 10:00～12:00	5/1	5/1
11月21日(木) 13:30～14:15	10/15	10/15	10月16日(水) 10:00～11:30	9/15	9/17	11月16日(土) 10:00～12:30	10/15	10/15	7月6日(土) 10:00～12:00	6/1	6/3	
			1月15日(水) 10:00～11:30	12/15	12/16				11月30日(土) 10:00～12:00	11/1	11/1	
内容	妊娠中の栄養について管理栄養士がお話しします。			幼児期の栄養・食事について管理栄養士が説明します。			親子で食について考える講座です。			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講話を行います。		
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	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。											
お問合わせ お申し込み	こども家庭センター(健康センター内) 電話番号 23-2191											



※ 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、市ホームページ等をご確認ください。