

小学5・6年生向け

ファミリー食育教室



この食育教室は、「自分で作れる朝食レシピ」がテーマです。

みなさんは朝ごはんを食べていますか？

朝ごはんにはどんな働きがあるのかな？

朝ごはんの働きについて、一緒に楽しく学びましょう！

【内容】 ●食生活改善推進員のおはなし
～バランスの良い朝食で毎日を元気に～



- 小学生 自分で作れる朝食レシピ（調理実習）
- 保護者向け「山梨のお赤飯」（デモンストレーション）

【メニュー】

- ・ちぎりパン
- ・簡単スパニッシュオムレツ
- ・もち麦入りミネストローネ
- ・さわやか2層ゼリー

【原材料に含まれるアレルギー物質】

乳・小麦・大豆・卵・りんご・えび・かに・
さけ・牛肉・鶏肉・ごま
(特定原材料等28品目中)

【対象】 小学5・6年生とその保護者



※参加は対象の年齢のお子さんに限定させていただきます。

※保護者の方のご都合がつかない場合、お子さんだけの参加も可能ですが、緊急時には連絡が取れるようお願いいたします。

※保護者の方の参加はお子さんおひとりにつき、1名とします。

【応募方法】

Web申し込み

しょうさい うらめん きさい
(詳細は裏面に記載)

【持ち物】

エプロン・三角巾・筆記用具
水分補給ができるもの

※塩分測定を希望する場合は、ご自宅で作った味噌汁やスープ(汁のみ50cc)をご持参ください。



甲斐市食生活改善推進員会

【日時・会場】

【日にち】	【時間】	【場所】	【募集人数】
8月5日(水)	10:00~13:00頃 (受付は9:45~)	竜王保健福祉センター (甲斐市西八幡3018-1)	8組

応募の注意事項

食物アレルギー反応を引き起こす食材の除去については対応できませんのであらかじめご了承ください。使用食材について詳しく知りたい場合は、健康増進課までお問い合わせください。

食物アレルギーのある方や、体調によって食べられない食材がある場合は、は保護者の方のご判断のもと、お申込みをお願いします。



応募 QR コード

申し込み期日：令和8年7月3日(金)~7月13日(月)

定員になり次第、締め切らせていただきますのでご了承ください。

お問い合わせ

甲斐市役所 健康増進課 食推担当

電話番号：055-278-1694