



キッズ健康講座 報告

日時：平成30年8月29日（水）
午前9時30分～午後1時
会場：竹の友幼稚園（田上町）
参加者：126名
（児童63名、保護者63名）

目的

幼児期からの望ましい食生活を支援するため、親子で講座に参加することで、生活リズムや食事に対する関心や理解を深めてもらう

内容

開会あいさつ
クッキング
講話「楽しく食べて元気な子どもに！」
おすすめ野菜料理紹介
給食会食

給食の内容

夏野菜のカレー
きゅうりと
コーンの福神和え
冷凍みかん 牛乳



【クッキング】1組：皆川 栄子 2組：坪谷 節子



頑張って
夏野菜を
切りました！！



【講話】「楽しく食べて元気な子どもに！」

講師 新潟県栄養士会三条支部 皆川 栄子

楽しく食べて



元気な子どもに



【おすすめ野菜料理紹介】

- ・スルスル酢の物
- ・もやしの和え物
- ・枝豆サラダ
- ・ジャーマンポテト
- ・鶏肉とかぼちゃの炒め煮
- ・ひじきとカツオの
手作りふりかけ