

令和6年度 持続可能なげんきな体！12歳からのSDGs



……からだづくり講座……

令和6年11月24日(日)

10:00~11:30 (受付 9:45~)



あなたに
必要な
食事量？

嗜好品からの
挑戦状！

何気なく食べている
おかし🍪やアイス🍦
ちゃんと知っていますか？

中村 純子先生

新潟医療福祉大学 健康科学部 健康栄養学科 講師
資格:病態栄養専門管理栄養士、腎臓病病態栄養専門管理栄養士
専門:栄養教育、慢性腎臓病、ジュニアアスリート

ストック食材で
朝ご飯を考えよう！

親子で考える👨👩
栄養満点おにぎり

参加者全員に
秋葉区産のもち麦と
もち麦パンをプレゼント



対象

秋葉区在住の
小学校4年生~6年生とその家族 (先着25組)
(ぜひ、おじいちゃん・おばあちゃん・ごきょうだいも一緒にご参加ください)

会場

新津健康センター 3階

申込

受付期間:10月21日(月)~11月20日(水)
新潟市ホームページまたは二次元コードよりお申込みください



【問合せ】 秋葉区健康福祉課健康増進係 ☎0250-25-5686