

令和 7 年度



尼崎市保健所・保健福祉センター管理栄養士による

子ども食堂「食育講座」

子どもと一緒に楽しく「食の大切さ」を学べる工夫がいっぱい！



(実施期間)

令和 7 年 4 月～令和 8 年 2 月 (年末年始を除く)

開催時間：午前 10 時～午後 7 時まで (応相談)

※目安：講話のみ 1 時間程度、料理実習ありの場合は 1～2 時間程度



《講座内容：例》

望ましい食習慣の確立

- ・早寝早起き朝ごはん (カンタン朝ごはんメニュー)
- ・バランスのよい食事選び (簡単お弁当作り)
- ・野菜をおいしく食べる工夫 (野菜を使ったおやつ作り) など



食に対する感謝の気持ちを育む、食文化の継承、災害に備える

- ・旬、地産地消 (尼崎産兵庫県産の野菜・魚) について
- ・「もったいない」ってどんなこと? (エコクッキング)
- ・作ろう、伝えよう行事食 (おせち料理、みそ作り)
- ・災害に備えよう (パッククッキング) など

対象 市内の子ども食堂の利用者

主に子ども及び保護者を対象とし、1 団体につき年度内 1 回とします。

場所 ご希望場所に伺います 費用 講師料は無料です

(注)会場予約及び使用料、実施に係る費用は、子ども食堂実施団体でご負担をお願いします。

申込み方法 実施希望日の 1 か月前までに、裏面、子ども食堂「食育講座」申込書を、下記まで、メールによる送信又はご持参ください。

お問合せ・お申込み先

尼崎市保健所 健康増進課 保健師統括・栄養管理担当

電話 06-4869-3033

✉ ama-kenkouzoushin-2@city.amagasaki.hyogo.jp

尼崎市七松町 1-3-1-502 (フェスタ立花南館 5 階)



尼崎市保健所 健康増進課
保健師統括・栄養管理担当あて

電話:06-4869-3033

メール: ama-kenkouzoushin-2@city.amagasaki.hyogo.jp

* 太枠内をご記入の上、希望実施日の

1 か月前までにお申込みください。

子ども食堂「食育講座」 申込書

依頼日 令和 年 月 日

子ども食堂 (依頼先)	(名称)		
	(住所) 尼崎市		
代表者 (連絡先)	(氏名)		
	電話() 携帯電話()		
希望日時	第1希望	第2希望	第3希望
	令和 年 月 日()	令和 年 月 日()	令和 年 月 日()
	(午前・午後) : ~ :	(午前・午後) : ~ :	(午前・午後) : ~ :
実施場所 ※子ども食堂と異なる 場所で実施の場合 のみ記載願います	(施設名)		
	(住所)		
実施内容	(主な対象年齢) ☐ 3歳児未満 ☐ 3歳~就学前児 ☐ 小学生 ☐ 中学生 ☐ 高校生		
	(希望テーマ/内容) 【料理実習の有無】 なし(講話のみ) ・ あり		
	例 <u>望ましい食習慣の確立</u> ・早寝早起き朝ごはん ・バランスのよい食事選び ・野菜をおいしく食べる工夫 など		
	<u>食に対する感謝の気持ちを育む、食文化の継承、災害に備える</u> ・旬、地産地消について ・「もったいない」ってどんなこと? ・作ろう、伝えよう行事食 ・災害に備えよう など		
注意点	会場予約及び使用料、実施に係る費用は、子ども食堂実施団体でご負担ください		
予定参加人数	《構成》 ・大人(名) ・運営者(名) ・就学前児(名) ・小学生(名) ・中学生(名) ・高校生(名) ・その他()		《備考欄》

受理日:令和 年 月 日 受理者:健康増進課()