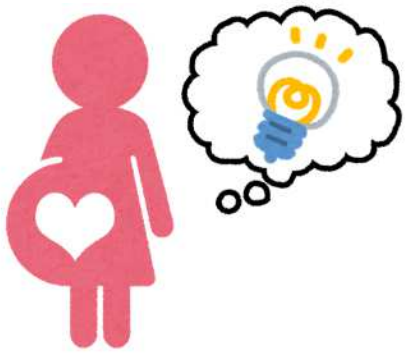
令和5年度

令和５年６月23日発行

プレママのための ワンポイント 食育講座



みんなで楽しくお料理をしながら、
普段のお食事を一緒に見直してみましょう。

内　容：①妊娠中の食事に関するお話
②調理実習＆試食
※カルシウムや鉄分を上手にとれる献立です
③知っておくと便利！今後の届け出や制度の話

開催日：令和5年6月22日、9月28日、11月30日、令和6年2月29日

時　間：10時～13時頃（受付　9時50分～）

対　象：川崎区在住の妊婦さん　各回10名（先着順・予約制）
※安定期の受講がおすすめです。

場　所：川崎区役所　5階

持ち物：母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾
手拭きタオル

費　用：食材料費　実費500円程度
※当日に**現金**でお支払いいただきます。

申込み：下記ホームページのURL、二次元コード
またはお電話、来所等でお申し込みください

- ◆ 感染症の拡大防止対策を講じての開催となります。
- ◆ 事情により、内容の変更や開催を中止する可能性があります。
- ◆ 「参加にあたってのお願い」を川崎市ホームページに掲載していますのでご確認の上ご参加ください。

川崎市ホームページ内、川崎区の
プレママのためのワンポイント食育講座の
ご案内・お申込みはこちら

https://www.city.kawasaki.jp/kawasaki/page/0000127731.html

【問合せ等】
川崎区役所 地域みまもり支援センター
（福祉事務所・保健所支所）地域支援課
電話　044-201-3212

参加希望日（　　月　　日）

氏名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　**出産予定日**　　月　　日

町名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　**電話**　　（　　）