

◎ねたろう食育博士養成講座

6月は食育月間、毎月19日は食育の日です。食育とは、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活の実践ができる人を育てることです。

市では楽しく体験しながら食育について学べる「ねたろう食育博士」として認定しています。健全な食生活を実践し食育の大切さを広くPRできる「ねたろう食育博士」になり、地域に食育の輪を広げませんか。



【食育 HP】 【食育博士 HP】

- 対象 市内在住の小学生以上の人または在職・在学の人（小学生は保護者同伴）

日程	場所
7月29日(土) 8月1日(火)	高千帆地域交流センター
7月23日(日)、26日(水)、 8月6日(日)	厚狭地区複合施設

- 定員 各回16人程度（先着順）
 - 受講料 400円（食材料費）
 - 持参するもの
エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
 - 申込期限・方法 各回とも前の週の金曜日までに電話または窓口で申込み（E-mailでも可）
- ☎健康増進課（☎71-1814）

講座内容

手軽にできる野菜作りを学ぼう

家庭でできるプランター栽培を学んで野菜づくりに挑戦しよう

地元の食材や地産地消を知ろう

生産者と交流し、市内産の食材や地産地消について学ぼう

かむかむチェック

しっかりかめているか、かむかむチェックガムを使って確認しよう

食エコ体験

楽しく食エコに取り組んでみよう



【キッズキッチン食育教室】

食の知識やマナーを楽しく学べる教室です。親子で「食」の体験を通して学びましょう。

■もぐもぐはかせ教室

- 対象 1歳半～3歳児とその保護者
- 日時 7月1日(土) 9:45～10:25
- 内容 七夕そうめん汁作り
- 定員 10組（親子20人程度、先着順）
- 参加料 1組50円
- 持参するもの ハンカチ、お茶

■ミニしょくいくはかせ教室

- 対象 3歳半～就学前の子ども（保護者は見学のみ）
- 日時 7月1日(土) 10:45～11:30
- 内容 七夕そうめん汁作り
- 定員 6人（先着順）
- 参加料 1人100円
- 持参するもの エプロン、三角巾、マスク、ハンカチ、お茶
- 場所 スマイルキッズ
- 申込期限・方法 6月23日(金)までに電話または窓口で申込み

☎健康増進課（☎71-1814）

【予防接種はお済みですか？】

■成人用肺炎球菌予防接種

○対象年齢

①65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人で今まで接種したことがない人

②60歳以上65歳未満の人で心臓、腎臓、呼吸器機能または免疫機能に一定の障がいがある人（対象となる診断基準あり）

○接種費用 2,860円（生活保護受給者は無料）

○接種期限 令和6年3月31日(日)

■成人男性の「風しん」抗体検査・予防接種

風しん抗体保有率の低い世代の男性を対象に、風しん抗体検査・予防接種を無料で受けられるクーポン券を発行しています。妊婦が風しんに感染すると胎児にも感染し「先天性風しん症候群」になる可能性があります。

○対象 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性のうち抗体検査、予防接種を受けてない人

●場所 近隣の医療機関

※医療機関によって接種できる日時が異なります。必ず事前に医療機関に確認してください。