

令和8年度食育ガイドブック活用講座のチラシです。

食育ガイドブック活用講座家族みんなでかんたん！適塩ごはんを実施します。  
素材の味やうま味を活かしたおいしく健康によい適切な食事について、なぜ適塩（減塩）は必要？適塩のコツ等の講座です  
試食があります。

開催は令和8年7月15日水曜日、午後2時から4時まで。

会場は北沢総合支所 6階 集団指導室。

住所は世田谷区北沢2-8-18 北沢タウンホール内

講師は栄養士・料理研究家 本田よう一氏。

対象は区内在住・在勤の子育て中の保護者、ご興味のある等に食育ある方。

事前申し込み制で先着24名。世田谷区のホームページからオンライン申請にてお申し込みください。

申し込み期間は6月16日火曜日から7月3日金曜日まで。

問い合わせ先は世田谷保健所健康推進課

電話番号は03-5432-2440