

ご要望に応じた内容で、管理栄養士が食育活動を支援する

# 食育 応援講座!

健康につながる食生活の**実践**を目指して、

地域のみなさんの「**食**」をサポートします。

- 【対 象】 江東区にお住まいの方で食育に関心のあるグループ。  
(自治会、高齢者倶楽部、etc...) 10人以上。
- 【日 程】 内容によって、相談に応じます。
- 【会 場】 グループが希望する場所、又は各保健相談所。
- 【費 用】 **無 料** (材料費等については、要相談)
- 【内 容】 講義・調理実習等

夏バテ・熱中症の予防と  
対策について、聞きたい。



血圧が少し高め…。

家のみそ汁の塩分濃度って  
わかるの？

カルシウム  
がしっかりとれる  
メニューが  
知りたい!



食事の  
バランスが  
気になるので、  
食事診断を  
してみたい!

その他

- ◎子どもと一緒におやつを作ろう!
- ◎節約でもおいしい献立&調理実習
- ◎災害食の備蓄について

など...

体脂肪も測定できるの？

【申込先】 お住まいを担当する《保健相談所》にお電話ください。

城東保健相談所	大島3-1-3	TEL 3637-6521 FAX 3637-6651
深川保健相談所	白河3-4-3-301	TEL 3641-1181 FAX 3641-5557
深川南部保健相談所	枝川1-8-15-102	TEL 5632-2291 FAX 5632-2295
城東南部保健相談所	南砂4-3-10	TEL 5606-5001 FAX 5606-5006