

お子様の食に悩んでいる方へ

GW に学ぶサペレ・メソッド

～五感で味わう春野菜～

- 【予定プログラム】 ギゅぎゅっと60分！
- ① ヨーロッパ発祥の食育法「サペレ・メソッド」？
 - ② 食材の選び方がわかる！たべものフシギ発見！
 - ③ 家庭でもできる五感で食べるコツで健康に！
- ★ 春野菜の試食タイム 講師への質問もお気軽に♪



保育園での「味の教室」より



【入れ替え二部制】
第一部は親子で参加する講座
第二部は大人だけの講座

京都新聞でも紹介された
未就学児童向け食育法の体験会

食 サペレ普及へ体験教室

「感じる」「楽しむ」



2、3歳児からの食育「サペレ」を京都市内で広める管理栄養士の2人(京都市北区)

2、3歳児からの食育「サペレ」を京都市内で広める管理栄養士の2人(京都市北区)

2、3歳から学ぶ 北区・味の教室協会

嫌いなもの食べる効果も



園児の目の前で魚をさばき、触って感触を楽しんだり、においをかいだりする教室の様子

嫌いなもの食べる効果も... 園児の目の前で魚をさばき、触って感触を楽しんだり、においをかいだりする教室の様子

日時 4月28日(日) **【第一部】 13:40~14:40 (13:30~受付)**
【第二部】 15:20~16:20 (15:10~受付)

対象 **【第一部】** 親子向け (未就学児と親) ※赤ちゃんもOK! 施設に授乳室あり♪
【第二部】 大人向け

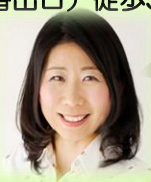

定員 各20名 (事前申込制・先着順受付)

参加費 2,000円 (税込み) /大人、未就学児は無料 (当日会場にて現金でお支払い下さい。)

場所 京都市男女共同参画センター ウィングス京都 2F 調理室・和室
地下鉄烏丸御池駅 (5番出口) 又は地下鉄四条 (阪急烏丸) 駅 (20番出口) 徒歩5分

主催 一般社団法人 味の教室協会

講師 国立病院機構 京都医療センター 臨床研究センター 予防医学研究室 染井順一郎 & 河口 八重子



病院での栄養指導や離乳食相談などを担当している管理栄養士が担当します。

【第一部】 親子で参加する講座
子どもと一緒に体験するレッスン
野菜型ぬき体験や楽しい盛り付けレッスン♪

【第二部】 大人だけで参加する講座
五感を使って味わう体験を今日から実践!
※色・におい・食感などなど違いを体験します

●お申込● 以下の項目(①~⑤)を記入し、いずれかの方法でお申し込み下さい(お子様は年令を)。
《項目》 ①希望の部:第一部(親子)/第二部(大人)、②お名前(代表者)、③お名前(同伴者)、④E-mail/FAX、⑤電話

1) ホームページ: <http://fivesenses-children.jp/> 内「イベントお申込み」
2) メール: info@fivesenses-children.jp、3) FAX: 075-320-2748

★詳細・お問い合わせ: info@fivesenses-children.jp (一般社団法人 味の教室協会)

