

# 親子 健康づくり教室

宿題に使える  
自由研究ワークシート  
付き！

8/1 (土)

9:30~12:30  
(受付 9:15~)

食事やからだについて楽しく学んでみませんか？

## キッチンの科学

～食べ物に隠れた「塩や砂糖」  
を調べてみよう～

▶果汁 20%のオレンジジュースを  
作ってみよう！



講師：健康対策課  
管理栄養士  
保健師



## 健康チェック

▶体組成や握力を測ろう  
(体組成は裸足での測定になります。  
脱ぎやすい服装でお越しください)

## みんなで作ろう！ お野菜スイーツ



▶メニュー：カラフルどら焼き  
講師：健康対策課 管理栄養士

参加費

1人200円

対象

市内の小学3年生～6年生とその保護者

場所

ふれあいの里3階

定員

18組(1組3人まで)

1組4人以上になる場合は、2組に分けて  
お申し込みください。(同一の保護者での  
申込みは不可です)

持ち物

エプロン、三角巾、手ふきタオル、筆記用具

1組につき  
J-Coin Pay ポイント(300ポイント)  
のプレゼントもあります。  
(事前にJ-Coin Pay アプリの利用者登  
録を完了させてください)

※ 教室の様子等を撮影し、米子市のHP等に掲載する場合があります。あらかじめご了承ください。

申込期間

6月24日(水)  
～7月22日(水)

申し込みはこちらから



電子申請

※申込み多数の場合は抽選。  
抽選結果は7月27日(月)までに  
メールでお知らせします。

問合せ先  
米子市健康対策課  
電話 23-5452