

豊中市若い女性の健康づくりセミナー

おやこ
親子で



夏休みの自由研究に！

学んで

作って

飲んで



ラッシーづくり



夏休みにぴったりの盛りだくさんのセミナーです！是非ご参加ください！！

- ・牛乳の話（お子さん）
- ・産婦人科医師からの若い女性の健康づくり（やせと骨）の話（保護者）
- ・親子でつくるカルシウムをとれるみかんラッシー



◆とき 令和8年

① 7月30日(木)

② 8月6日(木)

14時～15時45分



①②とも同じ内容です。

◆ところ 生活情報センターくらしかん 3階（豊中市北桜塚2-2-1）

◆対象 小学1年生～4年生と保護者（性別は問いません）、定員18組※

※1組につき保護者+子ども 計3人まで参加可

◆内容

子ども	保護者
 <p>「牛乳の大切さを知ろう！」 講師：雪印メグミルク 食育担当栄養士</p>	<p>「"やせる"より大切なこと ～健康で美しく幸せに生きるために 栄養のお話～」 講師：よこいレディースクリニック 院長 横井恵理子先生</p> 
親子でラッシー作り〈アレルギー物質（28品目）：乳〉	

セミナー前後に測定体験あり
（希望者のみ）



野菜摂取量
測定



骨ウェーブ
（保護者のみ）



体組成測定
（保護者のみ）

◆費用 無料

◆申込み 7月1日(水)～7月6日(月)に豊中市電子申込システムにて受付。定員を超える場合は抽選。
空きがある場合は7月7日(火) 10時より先着順



←申込みは
こちらから

問合せ：豊中市健康推進課（豊中市保健所） 06-6858-2879