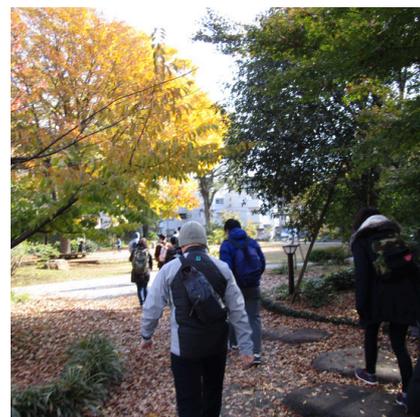


親子食育

ウォーキング教室



調理場見学、食育講座
スーパーでの買い物体験

農園での収穫体験

ウォーキング講座

写真はイメージです

日時：12月14日(土)

時間：9時45分～12時40分ごろ（9時30分受付）

※武蔵野市立学校給食桜堤調理場集合・後藤農園解散

対象：市内在住、在園、在学 概ね年長～小学3年生と保護者
10組（子どもと保護者 1組2名まで）

1kmほど歩ける体力のある方

お申し込みは11月15日(金)～12月1日(日)

参加費無料
※要申込

お申し込み方法

右記二次元コード・ホームページ・またはお電話で
お申し込みください。多数の場合は抽選となります。

☎0422-51-0793(平日8:30～17:00)

(公財) 武蔵野健康づくり事業団 健康づくり支援センター
<http://www.musashino-health.or.jp/k-assport/index.html>



申込フォームは
こちらから

プログラム

親子で 調理場見学 食育講座

武蔵野市立学校給食桜堤調理場にて
(健康づくり人材バンク管理栄養士)

大人 三二運動講座

(健康づくり人材バンク健康運動指導士)

こども おやつ購入体験

いなげや武蔵野桜堤店にて
※こどもにはスタッフが付き添います

親子で野菜収穫体験

後藤農園にて

本日のまとめ

(健康づくり人材バンク管理栄養士)

持ち物：水分補給用の飲料・両手が自由になるバッグ
軍手（親子それぞれ）
おやつ購入代 300円（子どものみ）

動きやすい（土で汚れてもよい）服装・運動靴でご参加ください。

天候により内容を変更する場合があります。

小雨決行

☎ 0422-51-0793

（平日8:30～17:00）

（公財）武蔵野健康づくり事業団 健康づくり支援センター

<http://www.musashino-health.or.jp/k-assport/index.html>

