

親子クッキング

流山市健康福祉部健康増進課

令和5年6月15日（木）南流山センター



市内の食材を用いた献立メニューを、親子で一緒に料理をし、料理の楽しさや食への関心を高めてもらうよう努めました。また、朝ごはんを食べる大切さやバランスの良い食事について話をしました。食べ物を3つのグループ（赤・黄・緑）に分け、それぞれの食べ物の役割について媒体を用いて説明しました。