



# 食育セミナーのご案内



中北薬品では、お子さま（幼児・児童）や保護者の方を中心に「子育て支援」「食育の普及」等をお手伝いするため、管理栄養士による食育セミナーをご提案しております。対象年齢に応じたクイズなど、参加型・体験型の楽しめる講座づくりに努めています。

## 主な内容

### ■ お子さま向け

- ・ 朝ごはんの大切さ  
…3色食品群の仲間分けクイズ
- ・ 魚釣りゲーム  
…主食、主菜、副菜などのグループ分け
- ・ 飲料に含まれる砂糖量について
- ・ 食べ物、栄養クイズ
- ・ 手洗いの大切さ、正しい方法について

### ■ 保護者向け

- ・ 離乳食、幼児食について
- ・ 妊娠中や産後の食事について など



➡ グループワークの様子



➡ 手洗いチェッカーを使用した実習



➡ 離乳食・幼児食セミナー

## 主な開催場所

- 教育・保育施設  
(幼稚園や保育園、小学校、児童クラブ)
- 子育て支援センター
- 食育イベントへのブース出展 など



➡ イベント出展の様子