

4才からのいっば

2月号

げんきっずニュース

簡単なのに
栄養ばっちり!

親子DEからだ育ち

子どもが
食べやすいもの
が知りたい!栄養士さんと一緒に
栄養バランスOKレシピに挑戦!管理栄養士の川上さんから簡単にできて栄養バランスが良い献立
パターンのコツを教えてくださいましょう!

親子で一緒に楽しみながら作って食べる試作タイムもありますよ!

[日 時] 2月8日(土) 10:15~12:15

[場 所] マイシアター高松 事務所 2F

[参加費] マイシアター正会員/正こども会員 800円/親子ペア

マイシアター参加会員 1,300円/親子ペア

げんきっず会員1世帯 1,800円/親子ペア

(一般で初めて参加される方はげんきっず会員登録料1,000円が必要です。)

[対 象] 年少から未就学児親子優先

[定 員] 8世帯

[持ち物] エプロン、三角巾、手拭きタオル、水筒、げんきっずカード

[申し込み] TELまたはQRコードの公式LINEからお願いします

トークはマイシアターにのみ届きます。件名とお名前を明記ください。

※汚れてもよい服装でご参加ください。

※キャンセル料が前日50%、当日100%発生します。ご了承ください。

もこもこルームの
栄養相談の日にも
来ています!講師 **川上 華子さん** (管理栄養士)

管理栄養士として病院や保健センターで勤務経験あり。

講師として岩手県・高知県の乳幼児健診の食事指導・離乳食教室、子育て支援センターでの親子クッキング・ママ向け料理教室を実施。

12/7
(土)

音楽を聴いて感じるままに表現おそびを楽しもう♪

ゆたんぼさんのミニコンサートと段ボールで作るクリスマスリースづくりを行いました。

ゆたんぼさんのコンサートは音楽に合わせてみんなで歌ったり踊ったりしました。

クリスマスリースはいろんな形の Pasta を段ボールに張り付けて、金や銀のスプレーをしてキラキラ素敵なリースがたくさんできました。



マイシアター会員はもちろん、お友達もお誘いして親子で楽しみましょう!

お問い合わせは マイシアター高松 087-868-2251

