食べることは
生きること

あそんで学ぼう！
チャレンジクッキング

おいしく
たのしく
食育体験♪

お料理やあそびを通して、食の大切さや
作る楽しさを学びましょう！



みんなでおはなしを聞いて、
クッキングスタート！



お友だちと協力して、
おいしく作れたよ！



外あそびも元気いっぱい！
体を動かすって楽しいね♪

日　時	令和８年 12月5日（土）　10:40～12:55
対　象	武蔵野市在住・在学の小学１～３年生と保護者
定　員	１６組（２名１組）　※定員を超えた場合は抽選
参加費	無料
場　所	むさしのエコreゾート（武蔵野市緑町3-1-5）１階カフェスペース集合
申込期間	11月2日（月）～11月17日（火）
申込方法	二次元コードまたは電話・健康づくり支援センター窓口へ 参加の可否は、11月20日（金）にメールまたは電話でご連絡します
持ち物	２名ともエプロン、三角巾（バンダナ等）、マスク、 水分補給用飲料、手拭き、筆記用具
講　師	健康づくり人材バンク　管理栄養士・健康運動指導士

楽しい内容がいっぱい！

- 食べ物のおはなし
  （朝ごはんの大切さ）
- クッキング体験
- 外あそび
- 試食タイム
  （みんなでいただきます！）



お申込みはこちら

二次元コードから
簡単お申込み！

お申込み・お問い合わせ

（公財）武蔵野健康づくり事業団　健康づくり支援センター
武蔵野市吉祥寺北町4-8-10　武蔵野市立保健センター1階
☎ 0422-51-0793
（平日８:30～17:00）

