



幼児と保護者の 食事バランスコマ 体験教室

要予約



食事バランスガイドとは、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいか、コマの形と料理の写真でわかりやすく示したものです。

幼児期からの健康的な食習慣をつけられるよう、ご家族で学んでみませんか。

管理栄養士が個別に説明し、日々の栄養相談にも応じます。

内容

管理栄養士による
幼児向け食事バランスガイドを使用した
個別相談

時間

10:30~14:30
※所要時間は1組45分です

対象

区内在住の1歳~就学前までの親子
(家族も可)

会場

みなと保健所 2階
栄養指導室
(港区三田1-4-10)

申込み

予約が必要です。
開催日の前日までに下記問い合わせ先までお申し込みください。

開催日	
4月	4日(金)・15日(火)・16日(水)・21日(月)
5月	9日(金)・14日(水)・20日(火)・26日(月)
6月	6日(金)・11日(水)・17日(火)・23日(月)
7月	4日(金)・9日(水)・22日(火)・28日(月)
令和7年 (2025年)	8月 1日(金)・20日(水)・25日(月)・26日(火)
	9月 5日(金)・10日(水)・29日(月)・30日(火)
	10月 3日(金)・8日(水)・21日(火)・27日(月)
	11月 4日(火)・7日(金)・12日(水)・17日(月)
	12月 2日(火)・5日(金)・10日(水)・22日(月)
令和8年 (2026年)	1月 9日(金)・21日(水)・26日(月)・27日(火)
	2月 6日(金)・16日(月)・18日(水)・24日(火)
	3月 6日(金)・10日(火)・18日(水)・23日(月)



問合せ

港区みなと保健所 健康推進課 健康づくり係

☎ 03-6400-0083