

12 食育を  
推進しよう



## 公民館で料理教室

実施期間 令和5年5月～7月、9月～11月

和・洋・中の料理、郷土料理、おいしいパンづくりなど  
料理教室を開催しました。



料理の基本と手作りの良さを  
楽しみながら学びます



親子でお菓子づくり講座

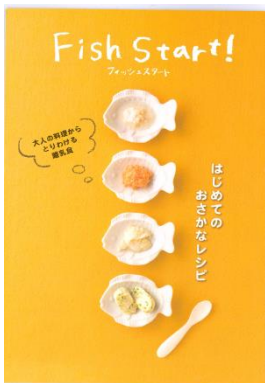


# 魚食・鯨食の普及

実施期間 通年

## 乳幼児健診におけるおさかな離乳食レシピ及びおさかな絵本の配布

いずれも検診時に受診者全員に配布し、幼少期から親子で魚に触れ合う環境を創出しています。



◎4ヶ月健診:おさかな離乳食レシピ「フィッシュスタート」

◎3歳半健診:おさかな絵本「おさかなすきなこだあれ?」



どちらも市のホームページからダウンロード可能です

※「フィッシュスタート」・「おさかなすきなこだあれ?」は『魚のまち長崎応援女子会』の協力のもと、作成しています

## くじら料理教室の開催

長崎を代表する食文化のひとつ「鯨料理」を若い世代に継承するため、市内の小学校でくじら料理教室を開催しました。

