



## 『おやさい10 レンジャーの食育教室』

～子どもと保護者向けの食と免疫体験型教室～



環境破壊と共に子どもの体内環境、特に免疫バランスが破綻し始めて、アレルギーや感染症に罹りやすい子どもが増えてきています。本教室は、日常の食事が子どもの免疫力の維持に如何に大切かを親子いっしょに学んでもらうために企画しました。

**日 時** : 9月1(土) 10:00~13:30 (雨天決行)

**場 所** : サッポロさとらんど

**対象者** : 子ども(5、6才程度)と保護者 15~20組

**参加費** : 無料

**持ち物** : エプロン、三角巾

### プログラム

10:00 集合 さとらんどセンター 1F

親子による農業収穫体験

11:00 親子食育教室 講師: 藤女子大学 三田村理恵子先生

「おやさい10 レンジャーのお料理教室~収穫したやさいでカレーをつくろう!~」

12:00 昼食 野菜カレー他

13:00 保護者向け免疫講座 講師: 北海道大学教授 西村孝司先生

子ども向け食育遊び 「おやさい10 レンジャーと一緒に遊ぼう!」

13:30 解散

### 申し込み方法

名前、電話番号、参加予定人数を明記の上、下記メールアドレスへお申し込み下さい。

imm-reg@igm.hokudai.ac.jp

申し込み締切: 8/26(日)

参加希望者が多数の場合は、抽選とさせていただきますので、ご了承ください。

8/27(月)以降に、申込者全員へ、メールにてご連絡致します。

～講師紹介～

西村 孝司先生：北海道大学遺伝子病制御研究所・免疫制御分野・教授

三田村理恵子先生：藤女子大学人間生活学部食物栄養学科・講師・管理栄養士

主催：NPO 法人イムノサポートセンター

共催：サッポロさとらんど

後援：太陽北海道地域づくり財団