

毎月第3火曜開催

昭和区の子ども食堂活動 第51回

滝川だんらん食堂

『暑い夏を乗り切ろう！』

7 / 15

Tuesday

昭和区滝川学区の「Deli & Restaurant ZENYA」にて毎月一回行われる放課後の
子ども食堂活動「だんらん食堂」

今回は、たきかわの森歯科クリニックと長谷川
歯科の管理栄養士さんが旬の野菜や果物の選び
方などなどゲームで楽しみながらお伝えします。
お子さまは無料で参加できる活動ですので、
ぜひ一緒に楽しい食卓を囲みましょう！

お気軽に公式ウェブサイトまたは公式ラインよ
りご予約ください！

時間 16:30 ~ 18:00 程度

場所 Deli & Restaurant ZENYA

費用 高校生以下無料（大人1人500円）

予約 公式LINEより、7/13（日）までご予約をお受けいたします。定員になり次第受付を締め切らせていただきます。

『管理栄養士からの オススメ夏バテ対策！』

夏バテの一因は、食欲が落ちること！

食欲を増進させるメニューで栄養補給をすることがオススメです。例えば、しょうがや大葉などの香味野菜やカレーなど香辛料を利かせた料理は食欲を増進してくれます。

また、冷たい飲み物や食べ物を選びがちですが、胃腸を弱めてしまうこともあるため、冷たいものばかりでなく常温や温かい飲み物も飲むようにして、胃腸を大切にしましょう！

いただきます



●主催
NPO法人One Dining Table

名古屋市昭和区山里町66-7シーマンビル山手1F
(052) 848-8510 (Deli & Restaurant ZENYA内)



詳細は公式Webサイトへ！



お問い合わせは公式LINEから！

