

栄養のおはなし  
&  
クッキング



が つ に ち よ う び も く  
9月21日 よう日 ( 木 )

へんしょく しょうしょく た しょくじ などなど しょくじ かん  
偏食や小食、あそび食べや食事のリズム等々…。食事に関

なや しんぱいごと こんかい なや かん  
する悩みや心配事はつきませんね。今回はそんなお悩みに、管

り えいようし やすながせんせい こた じぶん  
理栄養士の安永先生にお答えいただきました。そのあとの自分

つく あきあじ えがお  
でにぎにぎ作った秋味のおにぎり、おいしかったですね！笑顔

た み  
でいっぱい食べてくれるところが見えてよかったです！