

~~家族で学ぼう!! 生産から食卓まで~~

# たまごのお話

~~夏休みの自由研究も完成?!~~

私たちの“からだ”は、何からできているのでしょうか？

筋肉、骨、血液・・・

それらは、毎日食べているものから、作られています。

成長期の子供たちにとって、たんぱく質はとても大切な栄養素です。毎日、子育て、家事、仕事、地域の活動など、忙しく疲れている大人、最近、体調が気になるのは、年齢のせいかな？と感じている方にもたんぱく質は、大切な栄養素です。

「たんぱく質」を豊富に含み、毎日の生活の中で、手軽に食べることができる“たまご”について、ご家族と一緒に学びましょう!!

学んだことは、自分でまとめて立派な自由研究にもなります!!

**日時**

2018年7月16日(月・祝) 13:30~16:00 (受付 13:15~)

**場所**

フォーシーズンズ志木ふれあいプラザ (マルイファミリー志木8階)  
東武東上線 志木駅 より、徒歩3分

**対象**

小学3~6年生 と、保護者  
(対象年齢以外のお子様も ご参加可能です。)

**参加費**

子供 500円 大人 1000円  
(当日、現金にてお支払いください。)

主催: 日本食品保健指導士会 関東支部 埼玉ブロック

日本食品保健指導士会とは?  
公益財団法人 日本健康・栄養食品協会が認定・登録した  
健康・栄養・食品知識の「専門アドバイザースタッフ」です。

## 講師のご紹介

横山 次郎 氏

食品保健指導士

たまごソムリエ

日本農産工業株式会社

ヨード卵部 お客様相談室長

家禽学会評議員

たまごについて、語り始めると何があっても止まらない横山先生。

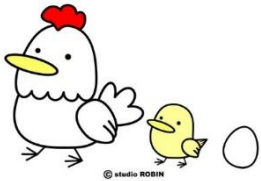
小学生にもわかりやすく、目からうろこの話を、熱く、楽しく、語ります!!

著書「47都道府県地鶏百科」(丸善出版)

## たまごのウソ or ホント・・・知ってるかな？

にわとりは、たまごを1年間にいくつ産むでしょう？  
たまごを冷蔵庫で保存することは、正しい？  
たまごを食べると、コレステロール値が上がるってホント？  
たまごを、一番多く食べている国は、どこでしょう？  
赤たまごと白たまご、栄養が豊富なのは、どちらでしょう？

### 当日の流れ



- ・はじめに・・・本日の流れ、栄養素のお話（約15分）
- ・たまごのお話し（約60分）
- ・休憩 ちょっとひとやすみ（約10分）
- ・今日の学びから、ミニ壁新聞を作ろう!!（約45分）
- ・終わりに・・・今日のまとめ、質疑応答（約15分）

※ 当日の状況によって変更になる可能性もあります。

### 日本食品保健指導士会とは

食品保健指導士として活動する指導士の団体です。  
公益財団法人 日本健康栄養食品協会が認定した 食と健康のスペシャリストの集団です。

家族の健康のために学ぶ一般の方、学校など教育施設で働く方、医療職、介護職として働く専門家、  
企業で製品開発やお客さま相談をしている方など、幅広い方の集まりです。  
一般の方から栄養士、薬剤師、医師など、幅広い方々で構成されています。

全国各地におよそ1000名以上の食品保健指導士が活動しています。  
各地に支部があり、研修会などを開催し、自己研鑽、情報交換をしています。

この度、関東支部に埼玉ブロックの記念すべき 第1回の研修会として、地域の方々に向けて、  
「たまごのお話」を開催します。みなさまのご参加をお待ちしております。

### お申込み・お問合せ方法

下記の内容をご記入の上、下記のメールアドレスまでお申し込みください。

- 1.お名前(ふりがな)
- 2.学年または、年齢（保護者の方は、お子様とのご関係、親、祖父母等）
- 3.連絡先 電話番号
4. お住いの市町村
- 5.その他、当日にお聞きしたいご質問などございましたら、お書き添えください。  
（ご希望に添えかねない場合もございます）

※定員になり次第、申込み締め切ります。(定員 20組)  
日程のご都合が合わなくて、次回開催のご案内をご希望の方からも、  
ご連絡をお待ちしております。



日本食品保健指導士会 関東支部 埼玉ブロック

メールアドレス [jqao.saitama@gmail.com](mailto:jfqao.saitama@gmail.com)