

중구보건소와 함께하는  
온라인 식사체험교실

맛있는 집밥

『맛있는 집밥』은 중구민의 바른 식습관 형성을 위하여 집밥과 같은 건강한 음식을 직접 만들고, 먹어보는 중구형 온라인 식사체험교육으로 매월 다양한 주제와 메뉴로 운영 됩니다.

# "온가족 도시락" 만들기

2024

10월

참여 대상자 모집

☑ **교육 방법:** 준비물 수령 후 각 가정에서 교육영상을 보며 직접 만든 후 식사를 하는 교육입니다.

YouTube (※교육영상은 대상자 분들께 교육당일 문자로 발송)

신청접수

준비물 수령

교육참여

후기 사진 제출

만족도 조사

☑ **메뉴:** 닭가슴살 된장 샐러드

달걀 채소범벅 샌드위치



☑ **준비물배부:** 2024. 10. 17.(목)

- (오후) 13:00~17:00 중구보건소 5층 식생활,  
14:00~17:00 중구어린이급식관리지원센터
- (야간) 18:30~20:00 중구보건소 1층

☑ **교육 일자:** 2024. 10. 18.(금) ~ 2024. 10. 27.(일) 까지

☑ **교육 장소:** 각 가정(온라인 참여)

☑ **대 상:** 중구 거주 초등이하 자녀와 보호자 60가구

☑ **참여 신청:** 2024. 9. 10.(화) ~ 10. 8.(화)까지 **선착순 마감**

신청서 작성 ☞ <https://moaform.com/q/2WwKtd>

※ 2024년 9월 10일(화) 09:00부터 선착순 접수가 시작됩니다.



**문의:** 중구보건소 보건지소과(온라인 식사체험교육 담당) ☎ 02-3396-6469



① 본 교육은 "중구민" 만 참여가 가능하며, 타구민의 경우 참여가 제한됩니다.

※ 준비물 수령시 중구민 인증 후 중구민이 아닐경우 수령이 불가합니다.

② 온라인 식사체험교육은 더 많은 주민들이 참여할 수 있도록 가구당 최대 2회만 참여 가능합니다.

③ 모든 교육은 무료로 진행되며, 참여후기 사진 및 만족도 조사를 반드시 제출 해주셔야 합니다.

④ 교육준비물은 해당일에 오셔서 직접 또는 대리 수령 후 가정에서 만듭니다.