

高校生食育教室

目的

若者、働き世代を対象とした活動を高校生にしぼり、朝食摂取・食事バランスの大切さ・生活習慣病予防のための減塩食、野菜摂取について普及する。

概要

参加者：京都府立峰山高等学校弥栄分校家政科 2 年生 15 名

実施日：平成 30 年 1 月 26 日（金）3、4 限目

会 場：京都府立峰山高等学校弥栄分校 調理室

活動内容

1. 実習スケジュール

10:50～11:20 講話

11:20～12:40 調理実習

12:40～13:10 食事・後片付け

2. メニュー 青菜入り焼きうどん レンジで作るミートローフ 簡単ロールキャベツ カレースープ

3. 料理教室講師 京丹後市食生活改善推進員協議会 弥栄支部



MEMO

5月にこの事業の依頼に学校へ訪問し、その後、何回か話し合いを持ち、実施は1月となる。不慣れであったが、準備期間はある、皆さんに教えていただき、どうにか、教師・生徒そして私達食改員にも気持ちよくこの事業ができたと思っている。

関係団体との連携

京都府立峰山高等学校弥栄分校家政科

実施団体名

京丹後市食生活改善推進員協議会 弥栄支部