

令和元年5月30日

保護者の皆さま

鳥取県立鳥取東高等学校

P T A 会 長 吉澤 春樹

健康・生活部長 三谷 浩子

令和元年度食育講演会及び調理実習開催について

本校PTA活動については、日頃より格別の御協力をいただきありがとうございます。

さて本校PTA健康生活部は、本年度より食生活の大切さや高校生の身体づくりに関わる食育活動に取り組んでいます。

子ども達が健康で学校生活を送るために、どのような食事を食べさせたらよいか、また調理実習を行い明日から実践できることを目標に、鳥取東健康福祉センター管理栄養士 楳原陽子さんをお招きし、食育講演会及び調理実習を下記の日程のとおり計画しました。

つきましては、参加を希望される方は、下記申込書に必要事項を御記入の上、各クラス担任をとおして6月5日（水）までにお申し込みください。

記

1 日 時 令和元年6月15日（土） 午前10時から午後0時30分まで

2 場 所 鳥取県立鳥取東高等学校 食物室

3 講 師 鳥取東健康福祉センター 管理栄養士 楳原 陽子 氏

4 講 演 会 演 題「大切にしたい思春期の食生活」

5 調 理 実 習 鳥取県の味を知ろう～旬の野菜を使って～

・いただき 大きな油揚げの中に生のお米、野菜を詰めてだし汁でゆっくりと炊き上げたご飯のことです。水木しげるロードでも販売されています。

・どんどろけ飯 豆腐や野菜を入れた炊き込みご飯のことです。
「どんどろけ」とは方言で「雷」のことで豆腐を炒める音が雷鳴のように聞こえることから名がついたそうです。

・旬の野菜を使った野菜碗

6 参 加 費 無料

7 持 ち 物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具
お米0.5合



いただき



どんどろけ飯

切り取り線

⇒保健部

食育講演会及び調理実習参加申込書

____年____組 生徒氏名_____

参加保護者氏名： _____