

8/2 日
10:00~12:00



親子で参加してね

加茂丘高校生と作る 朝ごはん

- 対象者** 小学生とその保護者 16組 (先着順)
- 参加費** 1人300円 (参加人数分徴収・事前払い)
- 持ち物** 飲み物
小学生のみ：エプロン・三角巾・ふきん
- 内容** 調理実習、座談会、試食会
- 申込み** 6/27(土) 9:30 ~ 7/20(月・祝)
現金を添えて窓口まで

小学生
10:00-11:00
場所：調理実習室

調理実習

自分の朝ごはん作りにチャレンジしてみよう！
高校生から色どりや栄養バランスのことなど、アドバイスがもらえるよ！

今回のメニュー
・ピザトースト
・キャシュ
・スープ
ピザトーストとキャシュは当日好きな具材を選べるよ！

保護者
10:00-11:00
場所：ふれあいほーる

座談会

気軽におしゃべりできる座談会です。食育のこと、子育てのこと、日々のことなど、お話ししましょう

進行
郡元 奈識氏 (こおりもと なつき)
双子の母。管理栄養士として保育園等で13年以上の幼児食経験を持つ。SNSやレシピ開発でも活動中。

全員
11:00-12:00
場所：ふれあいほーる

ランチタイム

出来上がったメニューを保護者の方と一緒に食べながら、「朝ごはんの大切さ」についてのお話を聞きます

SNSを一部ご紹介

Instagramはこちらから↑

*食物アレルギーの個別対応はいたしかねますので、ご理解の上ご参加ください。

申込み・問合せ
豊田市小原交流館
TEL.0565-65-3711



共催
愛知県立加茂丘高等学校
豊田市役所 健康づくり応援課
小原地区コミュニティ会議 スポーツ部会

調理が簡単♪栄養バランス&時短も考えられた

朝食BOOK

メグリア藤岡店やえぷろん
藤岡店、やまのぶ四郷店
などで好評配布中♪



高校生が伝えたい「朝食の大切さ」



豊田市健康づくり応援課の協力のもと、選択学習「ライフ・プロジェクト」の中で、朝食の重要性や自分たちの朝食習慣の改善について学びました。このレシピ本は学習の集大成として作成したものです。

一人でも多くの方に朝食の大切さを知っていただき、毎日を元気に過ごしてほしい—そんな高校生たちの思いが詰まったレシピ本です。ぜひ手に取ってご覧ください。



☎ 0565-76-2241



愛知県立加茂丘高等学校

〒470-0451

愛知県豊田市藤岡飯野町太田代1137-30