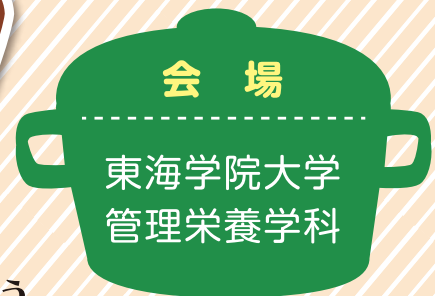




中高生のための

各務原にんじん 料理教室2019



料理は楽しい。この時間が大好き。いつだって料理はサイコー！
各務原市の特産「各務原にんじん」を使って、美味しい料理を作ろう。
東海学院大学の先生との楽しい食育講座。
さあ、君の楽しいを上書きしよう！



期 日 / 受付開始 9:30 講座開始 10:30~12:00 各講座:定員40名

<p>5/18 土</p> <p>マフィン</p> <p>申込み締切 5/16 木</p>	<p>6/22 土</p> <p>鮎菓子</p> <p>申込み締切 6/20 木</p>	<p>8/3 土</p> <p>ババロア</p> <p>申込み締切 8/1 木</p>	<p>8/4 日</p> <p>クレープ</p> <p>申込み締切 8/2 金</p>	<p>9/14 土</p> <p>ガレット</p> <p>申込み締切 9/12 木</p>
--	---	--	--	--

※締切日必着厳守。各講座先着40名に達した場合は、申込期間内であっても受付を終了します。

申込み方法

次のいずれかの方法で申し込みください

- ① Eメール ninjin@tokaigakuin-u.ac.jp
- ② T E L 058-389-2200
※平日 9:00~17:30受付
- ③ F A X 058-389-2205
- ④ 郵 送 〒504-8511
岐阜県各務原市那加桐野町5-68
東海学院大学「にんじん料理教室」係

無料送迎バスのご案内

東海学院大学のホームページでお知らせいたします。

※上記開催日の運行時間をご確認の上お越しください。



<http://www.tokaigakuin-u.ac.jp/>

中高生のための 各務原にんじん料理教室 2019

第三次食育推進基本計画では、『若い世代を中心とした食育の推進』が重点課題に掲げられています。ところが高校生については「義務教育を終えた青年期は今が健康である」という理由から、ふだんの健康の大切さや必要性を感じる機会が少ないのが現状です。中学生の時から意識づけが大切であり、今回中高生を対象として「産学官連携プロジェクト：各務原にんじんの普及」をテーマに、各務原産にんじんを使った料理教室を開催します。この機会にぜひご参加ください！



講座内容

※内閣府の「食育に関する意識調査(平成27年10月)」を参考に企画

	<p>マフィン</p> <p>「共食」の楽しさは一緒に調理すること、マフィンでティータイム 各務原の春夏にんじんは旬を迎えます。甘いにんじんを加えてマフィンを焼きます。焼きあがるまで、食育カルタで遊び、一緒に食べる「共食」の楽しさを体験します。</p>
	<p>鮎菓子</p> <p>地産地消と食文化の伝承、各務原にんじんを使った郷土料理 鮎菓子は岐阜県の銘菓です。にんじん入り求肥餅を包んで、鮎菓子をつくります。焼き印を使って上手に仕上げましょう。</p>
	<p>五大栄養素を摂取、にんじんババロアの栄養素</p> <p>にんじん、砂糖、牛乳、生クリーム、ゼラチンなどを使って調理し、五大栄養素(炭水化物、たんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラル)と関連させ、食品の栄養を考えます。</p>
	<p>クレープ</p> <p>食品ロスをなくす保存食、にんじんジャムの活用 規格外にんじんはジャム加工できます。クレープにジャムを利用して、果物と組み合わせます。オリジナルクレープを作って味わいましょう。</p>
	<p>ガレット</p> <p>朝食を食べよう、にんじんガレットコンプレット にんじん入りガレットでオリジナルの朝食メニューを作ります。食品を組み合わせ、栄養バランスをとれるように見直します。各務原のにんじんを使った朝食向き料理です。</p>

★受付開始 9:30 受付場所 東海学院大学 東キャンパス

★エプロン、三角巾、**上靴**をお持ちください。★受講料は無料です。また、参加全員が保険に加入します。(保険料無料)

中高生のための「各務原にんじん料理教室2019」参加申込書

〒

-

参加申

5/18・6/22・8/3・8/4・9/14

電話番号

※日中連絡がとれる番号

※複数可

フリガナ