

# 食育講座（3年生）2017.7.12

丹波市健康課から栄養士の方に来ていただき、食育講座を行いました。  
献立はご飯・豚汁・煮付け・青菜の昆布和え・季節のフルーツです。



まずは食事の話から



調理実習の準備です



調理実習の説明を受けます



作り方を理解して



始めます



包丁さばきも丁寧です



計量します



慎重に油も注ぎ



豚汁もできあがりしました



後片付けもきれいに



いただきます



食器を洗って終了しました

高校生活最後の食育講座となりました。卒業後は自分で調理をすることがあるかもしれません。高校で3回の講座を受けたことが活かされることもあると思います。多くの人に支えていただき感謝しております。

**丹波市健康課の皆さま 本当にありがとうございました。**