

料

理

教

室



「成長期に大切にしたい栄養素の摂り方～スポーツ編～」

子どもの成長期に必要な食事内容を学校給食やスポーツ栄養から学びましょう！

日時

令和8年2月7日（土）
9：30～13：30

会場

公益財団法人岡山県学校給食会
2階研修会議室・調理実習室

対象

岡山県内の小学校4年生以上または
中学校の児童生徒をもつ保護者

参加費

無料

お子様も一緒に参加希望の場合は
小学4年生以上中学生まで1名可

申込

メールか電話でお申込みください。

- ① 参加者氏名 ② 連絡先（電話番号）
③ メールアドレス（お持ちの方）
をお知らせください。

講師

入谷 尚美 氏

（にゅうや なおみ）

公認スポーツ栄養士
管理栄養士
フードスペシャリスト
武庫川女子大学
生活環境学部 食物栄養学科 卒業



自身が中学生の時に無理な食事制限をした
ことから、ジュニア期を中心にした栄養セ
ミナーや栄養サポート活動を行う

栄養セミナー・サポート経験のある競技
野球・サッカー・ソフトボール・水泳・ト
ライアスロン・テニス・アーチェリー・チ
アリーディング・エアロビックスダンス

小学生～大学生向けの栄養セミナー・スポ
ーツチームの栄養サポート・食事相談・料
理教室

江崎グリコ「バランス食堂」監修
（2019～2024）

日程

9：30	10：00	11：00	12：30	13：20	13：30
開会行事	講話	調理実演と実習	会食 片付け	アクト 閉会	

- 主催 公益財団法人岡山県学校給食会
共催 公益社団法人岡山県栄養士会
後援 岡山県教育委員会・岡山市教育委員会
定員 30名程度 先着順とし、定員になり次第締め切ります。
持参物 エプロン・三角巾・マスク・筆記用具・飲み物（お茶など）
その他 後日、メール等で参加決定通知をお送りいたします。

* 応募専用メールアドレスからのメールが受信できるよう設定をお願いいたします。

1班4人程度で調理していただき、昼食に召し上がっていただきます。

アレルギー対応はできません。

献立（予定）

タンドリーチキン

副菜2品

スープ

デザート

お申込み・お問い合わせ

公益財団法人 岡山県学校給食会

〒702-8026 岡山市南区浦安本町 59-4

TEL：086-263-6465

FAX：086-264-7485

E-mail：syokuiku01@ogk.or.jp（応募専用）

QRコードを読み込んで

「⇒メール作成画面はこちら」

をクリック 

必要項目を入力し、本会へ送信
してください。



メール作成用
QRコード

個人情報は料理教室開催以外の目的では使用しません。

—令和7年度保護者の食育料理教室—