茅野市（健康福祉部）プレスリリース

令和８年（2026 年）10 月 19 日

「高校生への食育活動」東海大学付属諏訪高等学校

茅野市食育推進計画「元気もりもり食育プラン」の推進の一環として、「高校生への食育活動」を茅野市食生活改善推進協議会が行います。

１　日 時

令和 8 年 10 月 30 日（金）　午前 10 時 10 分から正午まで

２　場 所

東海大学付属諏訪高等学校　調理室

３　対象者

東海大学付属諏訪高等学校　2 年生（37 名）

4　目的

① 調理実習を通して、高校生が自分の食生活を考え、自分の健康は自分で守る意識を持てるきっかけとする。

② 調理実習で得た知識を家族や地域に広げていく健康づくりの担い手とする。

③ 高校生と食生活改善推進員とのコミュニケーションの場とし、高校生が地域の人や食文化にふれる時間とする。

5　内容・タイムスケジュール

食生活改善推進員と高校生による調理実習

テーマ「バランスのよい簡単レシピ」　メニュー「タコライス、レアチーズ寒天」

10：10～　挨拶、レシピ説明

10：20～　調理実習

11：20～　試食、栄養の話、片付け



茅野市食育推進キャラクター

「3 人の栄養マン」

（問合せ先）

担当　健康福祉部健康づくり推進課健康推進係　溝口、谷口

電話：0266-82-0105

ＦＡＸ：0266-82-0106

メール　kenko@city.chino.lg.jp