

くらしの学校 ～働く人がこころ豊かに～

New!

大人の食育 ～給食メニューをアレンジして～

公益財団法人よこはま学校食育財団の管理栄養士を講師に迎えた料理教室です！
「思い出の給食」を大人向けにアレンジして、最近人気の給食メニューを作ります。

今こそわかる「大人の食育」

栄養について・調理ポイント・食材の扱い方などなど
お話をうかがいながら、楽しく作り、美味しくいただきます。



★根菜のスープ

★スパイシーチリコンカーン

★簡単トルティーヤ

※メニューは3品！ 調理実習後に試食します！

開催日時：2026年11月15日（日） 10時00分～12時30分

場 所	横浜市技能文化会館 6階 601料理研修室		
講 師	巴 浩子 氏 管理栄養士・栄養教諭 公益財団法人よこはま学校食育財団 食育推進顧問		
持 ち 物	エプロン、三角巾、食器用ふきん、手ふき用ふきん		
受 講 料	4,000円(材料費込み)	定 員	12名 ※先着順
申 込 み	電話・FAX・来館・会館HPにて ※前日、前々日のキャンセルはご遠慮ください。		

横浜市技能文化会館

〒231-0031 横浜市中区万代町2-4-7

●JR 関内駅 南口から 徒歩5分

●市営地下鉄 伊勢佐木長者町駅 出口2 から徒歩3分

TEL **045-681-6552**
FAX **045-681-6554**
E-mail **gibun@socioak.com**
URL **https://gibun.jp/**

(受付時間：平日 9時～17時／休館日 第2水曜日・年末年始12/29～1/3)

＜ お申込者ご記入欄 ＞

お申込の際は、下記の情報をお伝え下さい。

記入日： 月 日

講 座 名	2026年11月15日（日）おとなの食育-給食メニューをアレンジして- 10:00～12:30		
フリガナ氏名		E-Mail	
電話番号		携帯電話番号	
どちらでお知りになりましたか？	当館・当館ホームページ・検索サイト・インスタグラム・フェイスブック・X(旧ツイッター)・メルマガ・市役所・区役所・図書館・地区センター・他施設・その他()		

「大人の食育」～給食メニューをアレンジして～



～講師のご紹介～



ともえ ひろこ

巴 浩子氏

管理栄養士・栄養教諭

公益財団法人よこはま学校食育財団 食育推進顧問

横浜市立小学校で長年栄養士として勤務し、給食や食育を通して子どもたちに食べることの楽しさや大切さを伝えてきました。

現在は、公益財団法人よこはま学校食育財団で、子どもたちの健やかな成長を支える学校給食や食育に携わっています。

学校給食の知恵や工夫を家庭でも取り入れられるよう給食メニューをアレンジしながら、大人のための食育をわかりやすくお伝えします。



♪調べてみました♪

★学校給食とは

子どもたちの健全な成長と望ましい食習慣の形成を目的とし、配膳や食事の場を通し、食に関する実践力を身に付ける機会になっています。また、年間の様々な行事に合わせた献立で、日本の伝統文化を学ぶ機会となっており地場産の食材を活用することで、地域への理解を深めることにもつながります。

♪スタッフから♪

★「給食」といえば 思い出すものは何ですか？

「ソフト麺」「あげぱん」「冷凍みかん」。。。

お気に入りのメニューの日は、とてもウキウキしましたよね！

誰もが給食にまつわる懐かしい思い出をお持ちではないでしょうか。

大人になった今、給食の思い出とともに、改めて「食」について学ん

でみましょう♪



■ JR関内駅南口から徒歩5分

■ 市営地下鉄伊勢佐木長者町駅出口2から徒歩3分

【立体駐車場】営業時間8:00～22:00 収容台数60台

※入庫可能サイズ 車幅1.95m 車高1.57m 車長4.75m

【横浜市技能文化会館 個人情報保護方針】

必要に応じて、皆さまから情報を収集させていただく場合があります。ただし、法令に基づく場合を除き、個人を特定できる情報を本人の同意なく第三者へ提供することはありません。なお、外部委託する際には、個人情報保護水準を十分に満たしていることを条件に選定し、機密保持契約を締結した上で委託いたします。また、本人からの個人情報の利用目的の通知・開示・訂正・追加または削除・利用の停止・消去及び第三者への提供の停止の要請があった場合には、当館で定める所定の手続きに則り速やかに対応いたします。