




PTA

令和三年 9月12日受付第39号				
校長	教頭	係	主任	受付
				

2019年9月吉日

学校長  
PTA会長  
様

琉球新報社  
営業局長 普久原均

公印  
省略

～子どもの正しい食生活を考える～  
2019年度「新報 子どものための家庭料理セミナー」  
参加のご案内

謹啓 処暑の候、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

平素は琉球新報社の各種業務に対し、格別のご高配を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、弊社では今年度も「新報 子どものための家庭料理セミナー」を開催いたします。同事業は、現代の子どもたちを取り巻く「食」、「健康」、「教育・しつけ」についてPTAの方々とともに考えることを目的に毎年開催しており、今年で28年目を数え、多くの小・中学校PTAの皆様にご好評をいただいております。

今年は「子どもが好きな野菜でつくるレシピ」をテーマに野菜を積極的に食べて頂けるレシピとなっています。沖縄県の成人の野菜摂取量は、男性で273g、女性で268gとなっており（平成28年国民健康栄養調査より）、理想摂取量の350gを下回る結果となっています。当セミナーでご紹介する、簡単・手軽で野菜をたくさんとれるレシピがPTAの皆様の一助となれば幸いです。

当セミナーを通し、沖縄の将来を担う子どもたちを育成する皆様と、子どもの食育を見つめなおすことで沖縄の未来を考えてまいりたいと思っております。

つきましては、当セミナー趣旨をご理解いただき、貴校PTAでご参加くださいますようご案内申し上げます。同封の「参加申込書」に必要事項をご記入の上、FAXにてご応募ください。応募多数の場合は抽選となります。

謹白

<同封資料>

- 1 実施要項
- 2 セミナーの様子
- 3 セミナー参加者の声
- 4 開催後の記事
- 5 申込書記入例・セミナー開催までの流れ
- 6 開催申込書

【担当・問い合わせ】  
琉球新報社 営業局 事業開発部 仲松  
TEL : 098 (865) 5200 FAX : 098 (862) 8714

## 実 施 要 項

名 称	「新報 子どものための家庭料理セミナー」
日 時	2019年11月～2020年3月の期間 時間／午後2時～4時（開催校の希望日時で調整）
開催校数	12校（予定） ※応募多数の場合は抽選となります。
対 象	小学校、中学校のPTA会員（参加者50人以上を動員できる小中学校PTA）
場 所	学校家庭科教室または調理室（もしくはそれと同等の設備をもつ場所）
内 容	学校現場の栄養士の先生による学校給食の現状、子どもたちの体の発達に必要な栄養の摂り方や、家庭内での正しい食生活習慣などを中心としたお話と、料理の専門家による子どもたちの栄養バランスを考慮した、手軽で野菜をたくさんとれるレシピを紹介する料理講習会（料理講師による料理2品のデモンストレーション）。その後、紹介した料理（1～2品）、ドレッシングとサラダ等の試食があります。キューピー人形が当たる抽選会や、参加者全員にキューピー株式会社からご提供いただいた同社商品のお土産もあります。
運 営	琉球新報社の担当者と、PTAのご担当者（3～4人）で運営 PTAのご担当者には①会場の予約・管理 ②学校栄養士への講演依頼 ③当日の動員 ④当日の運営補助 などを行っていただきます。
料理講師	松本 嘉代子 氏（松本料理学院 学院長） 西大 八重子 氏（西大学院 学院長） 伊是名 カエ 氏（トータルウエルネスプロジェクトオキナワ 代表理事）
栄 養 士	各学校（給食センター）の栄養士
申込方法	下記必要事項を明記の上、担当宛 FAX またはメール送信下さい。 同封の申込用紙でも申込可能です。 ・学校名、担当者名、担当者連絡先（電話・メールアドレス）、 開催希望日時（第3希望まで）

<担当> 琉球新報社 営業局 事業開発部 仲松  
TEL : 098 (865) 5200 FAX : 098 (862) 8714  
E-mail: r-nakamatsu@ryukyushimpo.co.jp

## 2018年度の家庭料理セミナー

家庭料理セミナーでは、参加者を対象にセミナーの事前・事後にアンケート調査を行っております。昨年度の参加者 381 人を対象にアンケート調査を行った結果、以下のような結果になりました。

項目	「はい」と答えた回答者	備考
一日に必要な野菜摂取量を理解した	98%	事前アンケートで「理解している」回答者27%
家庭での野菜摂取量が増えると思う	96%	
家庭の食事に野菜をとり入れることを心がけたい	99%	事前アンケート「心がけている」回答者95%
学校給食の取り組みについて理解した	100%	事前アンケート「学校給食について聞いたことがある」69%
地元の野菜を日頃の食事にとり入れようと思う	99%	事前アンケート「とり入れている」45%

**セミナー満足度98%**（「大変満足」、「満足」の回答者総数）

### 参加者の声（抜粋）

- ・給食を作っているDVDを初めて見ました。衛生面でも細かいところがあった。
- ・あまり料理は上手ではないんですが、できそうな気がしました。頑張ります！
- ・簡単な付け合せがとても参考になりました。
- ・朝食での野菜不足が気になっていたもので、やっぱり見直したいと思いました。
- ・とても参考になりました。レシピも早速取り入れて、朝食に作ってみようと思います。作り方もやさしく丁寧に作りやすいと思います。
- ・初めてこういったセミナーに参加しました。野菜は大切ということはわかっていますが、今回のセミナーを受けて、やはり子どもにもどんどん摂ってもらえるように食事作り等々工夫していこうと思います。
- ・普段気にしていてもなかなか取り組めない課題なので、話を聞く機会を作っていただいたので、また改めて食に対して考えていこうと思います。

### 紹介メニュー（昨年度紹介レシピより一部抜粋）

松本嘉代子先生

切り身魚のマヨネーズ焼きと  
野菜のドレッシング炒め

切り身魚のマヨネーズ焼きと  
野菜のドレッシング炒め



西大八重子先生

焼きビッグコロッケ

～黒酢たまねぎドレッシングを添えて～

焼きビッグコロッケ  
～黒酢たまねぎドレッシングを添えて～



伊是名カエ先生

キャロットガーリックライス

ひらひらキャロットソテーを添えて

キャロットガーリックライス  
ひらひらキャロットソテーを添えて

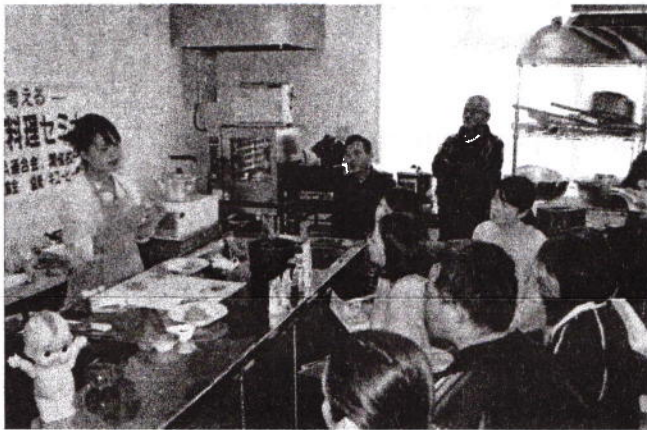


2018年度は、料理講師の皆様にご紹介いただきました。栄養についてのお話を聞きながら、料理のコツも学べます。デモンストレーションをご覧くださいますので、お気軽に参加いただくことができます！



## 「新報 子どものための家庭料理セミナー」の様子

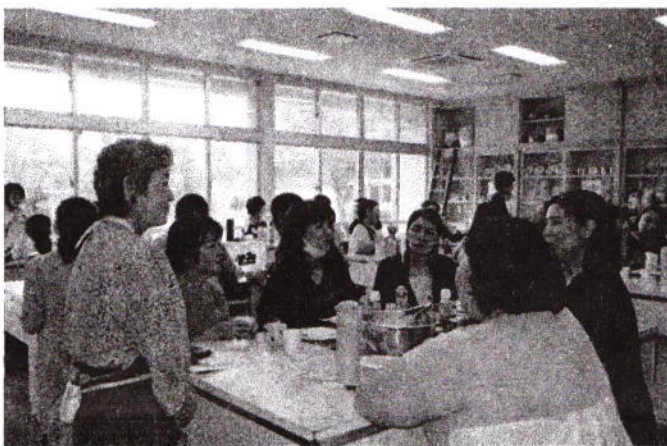
過去に開催された「新報 子どものための家庭料理セミナー」の様子です。ご参考になると幸いです。



先生による料理講習会  
(調理デモンストレーション)



学校現場の栄養士による講話



PTAの方々による試食会



キューピー人形の抽選会

### 〈プログラム〉

- ①学校栄養士の先生によるお話
- ②料理講習会（調理デモンストレーション）
- ③料理の先生・栄養士の先生への質問タイム
- ④お楽しみ抽選会

学校栄養士からのお話、料理講師による調理デモンストレーションをご覧ください。また、講師より紹介したメニューの試食会（1品）、キューピー人形が当たるお楽しみ抽選会があります。

試食会では各テーブルにサラダやパンを用意し、協賛社のキューピー株式会社よりご提供いただいたドレッシングやジャム類を自由に試食していただきます。さらに、セミナー終了後には参加者全員にキューピー商品のお土産もあります。

## セミナー開催記事

セミナーの様子を取材し、後日掲載いたします。

撮影した写真やインタビューが紙面に掲載されますので、ご了承ください。また、参加者の方からコメントを頂きますので、取材へのご協力をお願いいたします。

※昨年度開催記事（2019年2月17日、西原町立坂田小学校でのセミナー）

王亮

王求

奈斤

幸辰

(27) **ひと暮らし**

2019年(平成31年)2月18日 月曜日



### 好き嫌い傾向や 料理の工夫紹介 新報家庭料理セミナー

児童生徒の食生活の向上を目指す「新報子どものための家庭料理セミナー」(主催・琉球新報社、協賛・キュービー)が17日、那覇市立開南小学校(松田哲哉校長)で開かれ、多くの父母らが参加した。セミナー前半は、同校栄養職員の荻堂麻吏子さんが、学校給食の取り組みを中心に講話し

た。荻堂さんは、残量調査の結果から、児童らの苦手な食材について報告し、「好き嫌いをなくしつつ食べることを楽しんでもらえるよう、家庭でも声掛けを続けてほしい」と話した。

後半は、松本料理学院学院長の松本嘉代子さん(写真右)が、具材をマヨネーズで炒めた「具だくさんクリームスープ」など2品を調理実演した。松本さんは「食材を色とりどりにするとバランスの良い食事を作りやすい」とアドバイスした。参加した鈴木亜希子さん(39)は「マヨネーズを油の代わりにすると味がどう変わるのか分かった。早速試してみたい」と話した。