

参加費  
無料



食べる力をつける



## 高校生からの家事シェアプロジェクト

※オンライン参加での通信料、調理に関する食材費・光熱水費は、参加者負担となります。

### 対面講座

日時

10/11 日 11/22 日

10:30 ~ 12:30

場所

香川県社会福祉総合センター6F 調理室

各回定員

香川県内在学の高校生 6名

持ち物

エプロン、ハンドタオル、筆記用具、  
カメラ（携帯電話可）、マスク

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、マスクの着用、  
会場の換気、ソーシャルディスタンスの確保を実施いたします。

※状況によってはオンライン講座への変更の場合があります。

### オンライン講座 (Zoom)

日時

10/18 日 11/15 日

14:00 ~ 15:30

場所

各家庭

各回定員

香川県内在学の高校生 6名

持ち物

Zoom が繋がる携帯・タブレット等、  
筆記用具、事前に連絡した材料等

※オンライン講座では Zoom を使用いたします。

zoom

## 当日の献立：パッククッキングでご飯作り！

・一人分のごはん ・鶏肉の照り煮 ・野菜の炊き合わせ

パッククッキング とは…

耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋のまま鍋で湯せんする調理方法です。災害時にも役に立ちます。

プチ映え写真講座も開催！



#家事シェアかがわ #ALL 香川県産

#なあーちえ #かがわ高校生家事シェア

で共有しよう！

### 講師紹介



なあ〜ちえ  
池田 奈央

保有資格

日本野菜ソムリエ協会認定 野菜ソムリエプロ  
ケーキ講師、整理収納アドバイザー2級

料理セミナー「レインボーカラーで食卓に潤いを」を開講中。  
2017年から企業向けにクッキングコミュニケーションを提案している。  
食べることを楽しみ、心も身体も健康的な人で香川県が元気になるように活動中。

HP <http://na-che.com/> <https://www.ikedanao.com/>

主催 香川県 企画・運営 お問い合わせ・申込み先 なあ〜ちえ 担当：池田

お申込みフォームはこちら

お申し込みは、9月10日よりお申込みフォームからお願いいたします。 WEB <https://www.ikedanao.com/entry/>

※受付は先着順で定員に達し次第締め切りとなります。※お申し込みいただいた個人情報は、厳重に管理し本イベントに関わる目的のみに使用いたします。  
※講座、料理教室には撮影が入ります。撮影した映像は事後報告に使用されます。その旨ご了承ください。

