



参加してみませんか？

小さなころから『食』に触れる

みやぎの『食育体験学習』!



宮城県の県北地域を中心に、子供向けの食育教室・食育イベントを実施しています。宮城県の伝統食材、主要食材を使い『郷土料理』や『日々の生活に取り入れられる料理』を楽しく学べる料理教室、食育イベントを毎月実施しています。

食育体験学習メニューの一覧

活動名・内容	備考	会場（予定）
宮城の海のめぐみ教室 1	ひがしものマグロ、みやぎサーモン他	塩釜キッチンスタジオ
宮城の食材で料理教室①	油麩・はっと・米山いちご 他	仙台市内市民センター
お料理してみよう!初めてのクッキング体験	宮城県の食材を使ってカレーを作ってみよう	石巻市蛇田公民館
宮城の食材で料理教室②	宮城米粉ドーナツ・米粉クレープ 他	仙台市内市民センター
水産加工の街で缶詰を使った料理教室	宮城県産の缶詰を使って料理してみよう	石巻市蛇田公民館
宮城の食材で料理教室③	はらこめし・油麩芋煮・ずんだ 他	仙台市内市民センター
宮城の新米を料理してみよう!	みやぎの主要なお米を食べ比べてみよう!	石巻市蛇田公民館
宮城の食材で料理教室④	石巻焼きそば・青葉餃子 他	仙台市内市民センター
宮城の海のめぐみ教室 2	県内産の未利用魚、鱈、アサリの料理	塩釜キッチンスタジオ
宮城の食材で料理教室⑤	餅つき・仙台雑煮 他	仙台市内市民センター
宮城の海のめぐみ教室 3	松島・志津川の海苔と県内食材で恵方巻	塩釜キッチンスタジオ
宮城の食材で料理教室⑥	仙台牛うどん・せり・笹かま料理 他	仙台市内市民センター

教室はその都度申し込みができるため、子供たちのご予定・タイミングが合ったときに参加が可能です。1回あたりの教室は一人 1500 円程度の参加費で参加が可能。毎回、県内の専門家や料理人・管理栄養士さんなどがプロの技を教えてください!



主催団体：みやぎ☆とめ 食育 Laba
HP：https://tome-labo.amebaownd.com/
メール：m.tome.s.labo@gmail.com
☆参加希望の方はホームページを確認の上メールでご連絡ください。

