



# 「食を通じて豊かな心を育む」

今、本当に食育を知ってほしいのは大人の皆さんです

11:00-15:30  
11月29日(日)

食育イベント

参加者募集

お問い合わせは道の駅  
清流茶屋かわはらへ



## 食育イベントを開催

今回、鳥取県西部の泉龍寺住職の三島道秀さんと野菜ソムリエの長島明子さんをお迎えして、食育イベントを開催します。

## 食育にまつわる講演会

三島道秀さんの講演会です。タイトルは「心と体をつなぐ食事とは ～ちょっとした簡単な精進の料理から～」。料理をしっかりと作ろうと頑張りすぎていませんか？ とりあえず、自分で作ってみませんか。良いものを作ろうとか、恥ずかしいとか、心配しないで。とりあえず、作って、みんなで食べてみませんか。あなたの思い出にあるごちそうは何ですか。きっと、思い出と共にある料理では？ 「いただきます」から「ごちそうさまでした」、父母、祖父母からの味覚と心の絆を伝えたいと思います。

## 食育のヒントと知恵

食育イベントでは、講話やお弁当、昔ながらのお菓子、地域の味を通じて、家庭と食育の在り方についてのヒントが提供されます。また、生きていく上で大切な「食の知恵」を楽しみながら学びます。

## 食育イベントゲスト・プロフィール



三島 道秀

みしま どうしゅう

曹洞宗泉龍寺住職。因幡20土の寺。生老病死、老人介護、青少年問題、幼児・育児関係等を公民館、事務所、PTA、社会福祉協議会、教育委員会事業等での各種講演。著書「心笑顔」。



長島 明子

ながしま あきこ

日本野菜ソムリエ協会認定シニア野菜ソムリエ・ベジフルビューティーアドバイザー。鳥取短期大学食物栄養専攻 非常勤講師。「旬の野菜・果物で日々の暮らしがもっと「おいしい楽しいヘルシーに」」をテーマに、講演、セミナー、料理教室、レストランイベントなどを開催。

### ◎ 11:00～12:00 講演会は参加費無料ですが要予約・先着50名様

道の駅交流室を会場に、瑠璃光山 泉龍寺(日野郡日野町)住職の三島道秀さんを迎えでの講演会です。住職さん手作りのおつまみ(試食)付きです。

### ◎ 12:00～13:00 道の駅交流室でゲストとお弁当を食べながらの交流会・先着30名様

野菜ソムリエ&お食事処つどいのプロデュース『旬の野菜たっぷり弁当』をいただきます。講演会出席者に限り、先着30名様に500円でご提供。(講演会の予約受付の際お弁当の予約も受付)『旬の野菜たっぷり弁当』は地元の野菜や豆腐など、できる限り「地産地消」にこだわり、おせち料理にも使えるおかずが満載です。お弁当を食べながら、食育トークに花を咲かせましょう。



お食事処つどい

### ◎ 13:30～15:30 ワークショップは講演会参加者が対象・先着10名様

平尾とうふ店へバスで移動し、お店の自慢の逸品・油あげのワークショップです。油あげのタネができるまでの見学と最終工程の油で揚げる体験と試食会つきです。

平尾とうふ店  
油あげ



### ◎ 11:00～15:30 フレッシュハ頭のジゲ菓子まつりは道の駅本館正面玄関前で開催

毎年恒例のフレッシュハ頭のジゲ菓子まつりも開催します。干柿つと包みや流し焼きなどの試食体験、昔ながらの手づくりおやつや地元特産品の販売をします。

干柿つと包み

