

石垣市家庭教育支援チーム広報紙

# 希(き)杜(ず)南(な)

希：希望に満ちた家庭  
 杜：島を守る緑豊かな杜（神聖な森）  
 南：南ぬ島（ぱいぬしま）石垣島

【発行目的】

- 支援チームの活動報告と家庭教育に関する
- 情報の提供を行い、青少年の健全育成に資する。

【連絡】



石垣市教育委員会（いきいき学び課）  
 沖縄県石垣市美崎町16-6  
 TEL 0980-83-0373  
 FAX 0980-83-9251  
 Eメール:kyo-manabi@city.ishigaki.okinawa.jp



令和2年度石垣市家庭教育支援事業  
 食育講話・調理実習「つよいからだづくり」

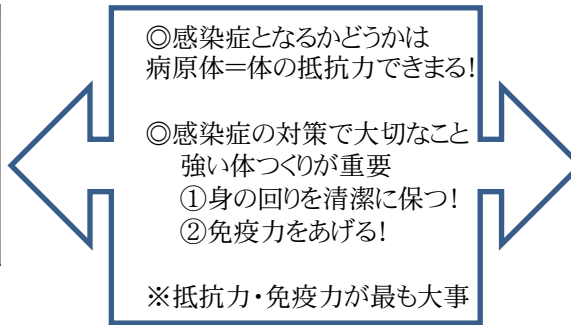
期日：令和2年9月24日・26日  
 場所：石垣市健康福祉センター2階調理室  
 講師：小児科医 川満 桐子  
 ：家庭教育支援サポーター 廣瀬 佐知子

食育講話

《感染症・食中毒について》小児科医 川満 桐子



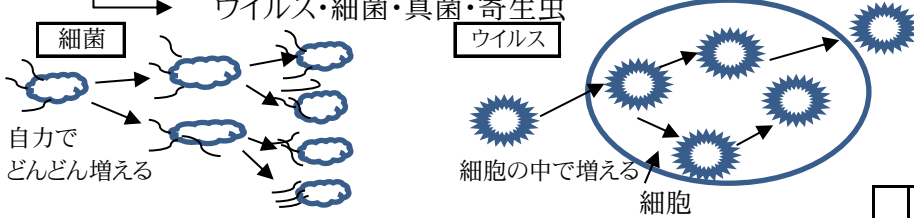
10/24(木)撮影



10/26(土)撮影

感染症  
 病原体↑免疫↓宿主

病原体(病気を起こす小さな生物)が体に進入して、症状が出る病気のこと。



熱心に学ぶ参加者の光景

【感染経路】



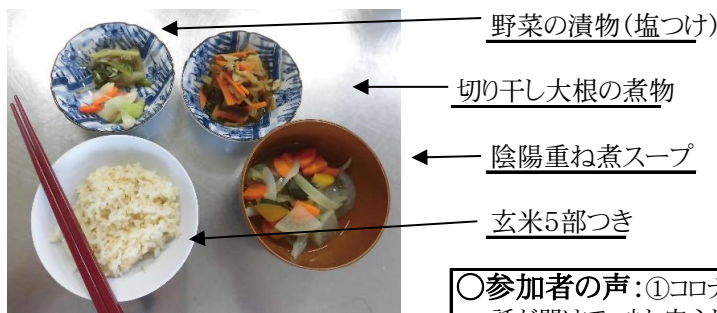
食中毒とは？  
 汚染された飲食物の健康被害。  
 ・ウイルス性：ノロ・ロタウイルス他  
 ・細菌性：大腸菌 サルモネラ 他  
 ・寄生虫：アニキサス 他  
 ・毒性性：キノコ フグ ボツリヌス他

調理実習

《梅醤番茶・陰陽重ね煮による野菜スープと切り干し大根の煮物》家庭教育支援サポーター 廣瀬 佐知子

目的 「食べることは、生きること」 = 食べるもので身体を整える、なおす = 予防医学  
 コロナ等、気になる感染症や食中毒など衛生についての正しい知識と身体づくりについて学びを深め、実生活で生かせる食事をしよう。

※梅醤番茶：梅干、生姜、醤油、番茶



調味料の選び方を学ぶ



お父さんも一緒に学習

◎参加者の声：①コロナに関して、テレビの情報ばかりで不安だったが、直接に小児科医に話が聞けて、少し安心した。②食の大切さを改めて考えさせられた。③今日から実践したい。④調味料が塩だけの旨さに、野菜本来の味に感動した。

◎課題：調理実習を先にして、食しながら講話を聞くというのは有りか。