

令和8年度 北海道三笠高等学校体験実習会 開催案内

1 日程 7月28日(火) 第一部 9:00~12:15 第二部 13:00~16:15

2 場所 北海道三笠高等学校(三笠市若草町397番地)

三笠高校生レストラン MIKASA COOKING ESSOR(三笠市若草町396番地1)

3 内容 体験実習(調理師コースまたは製菓コース)、MIKASA COOKING ESSOR 自由見学

4 対象 中学校3年生の生徒およびその保護者

※付添人数に制限はございませんが、実習室内での見学は混雑防止のため各家庭おひとりまでとさせていただきます。

5 定員 第一部 Aコース(調理) 18名 Bコース(製菓) 24名

第二部 Cコース(調理) 30名 Dコース(製菓) 24名

6 持ち物 参加者:エプロン、三角巾、上履き、上履き入れ、飲み物、筆記用具、ヘアゴム(髪が肩にかかる方)

付添者:上履き、上履き入れ、ヘアゴム(髪が肩にかかる方)

※参加者は腕まくりのできる動きやすい服を着用してください。Tシャツや中学校の指定ジャージ等でもかまいません。

※参加費用は無料です。貴重品は、ご自身で管理してください。

※髪が肩にかかる長さの方は、実習室に入る際に結髪をお願いしております。事前に結んできている方は、ヘアゴムは不要です。

7 時程 下表をご参照ください。

第一部

時間	行程
9:00	受付開始
9:15	開会・注意事項説明
9:20	実習・試食・個別相談
11:25	身支度・閉会
11:30	ESSOR 自由見学
12:15	解散

第二部

時間	行程
13:00	受付開始
13:15	開会・注意事項説明
13:20	実習・試食・個別相談
15:25	身支度・閉会
15:30	ESSOR 自由見学
16:15	解散

※全4コースのうち、いずれかの実習にご参加いただけます。

※時程は目安ですので、多少前後することがあります。ご了承ください。

※受付開始時間前に校舎に入ることはできません。

※各コースの授業や部活動についてのご相談は、実習の空き時間および試食時間等に随時受け付けております。担当教員または本校生徒へお声がけください。

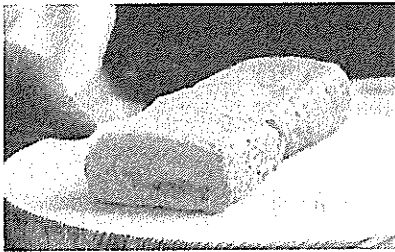
※実習中は付添の控室をご利用いただけます。途中で校外に外出することも可能です。

※公共交通機関または自家用車等で直接高校までお越しください。保護者の方も実習や MIKASA COOKING ESSOR の見学が可能ですが、控室は参加生徒とは別室となります。なお、実習室内での見学は混雑防止のため各家庭おひとりまでとさせていただきます。安全確保のため、未就学児は実習室内に入ることができません。

※MIKASA COOKING ESSOR の自由見学時には、調理部が運営する「まごころきっちゃん」と製菓部が運営する「Cherie」の客席から厨房を見ることができます。また、併設するショップ「ESSOR STORE」は9:00から17:00まで通常営業しております。本校生徒が開発した菓子やパン、ジェラート等を販売しておりますので、ぜひお立寄りください。

## 8 体験実習内容

第一部 A コース(調理) だしまき卵、椀物(定員18名)  
(火口を使用します。)



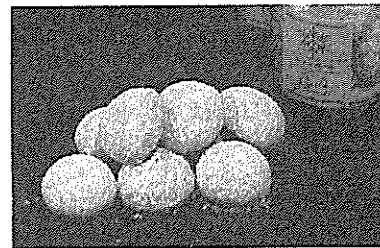
B コース(製菓):絞り出しクッキー(定員24名)



第二部 C コース(調理)握り寿司と巻き寿司(定員30名)  
(火口を使用しません。)



D コース(製菓):スノーボール(定員24名)



※写真はイメージですので、実物と異なる場合があります。

※食物アレルギー代替食・代替商品につきましてはご対応いたしかねます。ご自身で除去いただくようお願いいたします。

※食品衛生上の観点から、調理師コースの実習で作った料理はお持ち帰りいただけません。何卒ご了承ください。

※各実習で作るものは試食程度の量ですので、他に昼食が必要な場合は各自ご用意ください。

9 申込 下記QRコードを読み取り、お申し込みください。応募は中学校3年生の生徒のみ可能です。

応募人数が定員を超えた場合は、抽選とさせていただきます。全4コースのうち、第一希望と第二希望を伺います。お申し込みの後に、ご入力いただいたアドレスに申込内容が返送されます。返送があれば、申込が完了しています。抽選結果は 7月8日(水)にメールにて通知 いたします。本校からのメール(asano14@mikasa-hs.ed.jp)を受信できるよう、設定のご確認をお願いいたします。申込後に返送メールが届かない場合や、7月8日を過ぎても本校からのメールが届かない場合には、お手数ですが「12 問い合わせ」担当者までご連絡ください。

申込 6月29日(月)9:00~7月3日(金)16:00



URL <https://forms.gle/J3Bn4UI5TG8WvLww7>

※申込内容の変更等ございましたら、「12 問い合わせ」担当者までご連絡ください。一度入力した内容を変更する場合は、新たに申込をせずに担当者までお問い合わせください。

## 10 交通案内

### (1) 公共交通機関(バス)について

中央バス岩見沢バスターミナル発 三笠線「幾春別」行「三笠高校前」下車

【バス賃】「岩見沢バスターミナル」⇄「三笠高校前」¥600

「岩見沢バスターミナル」⇄「三笠市民会館」¥560

#### 【参考ダイヤ】

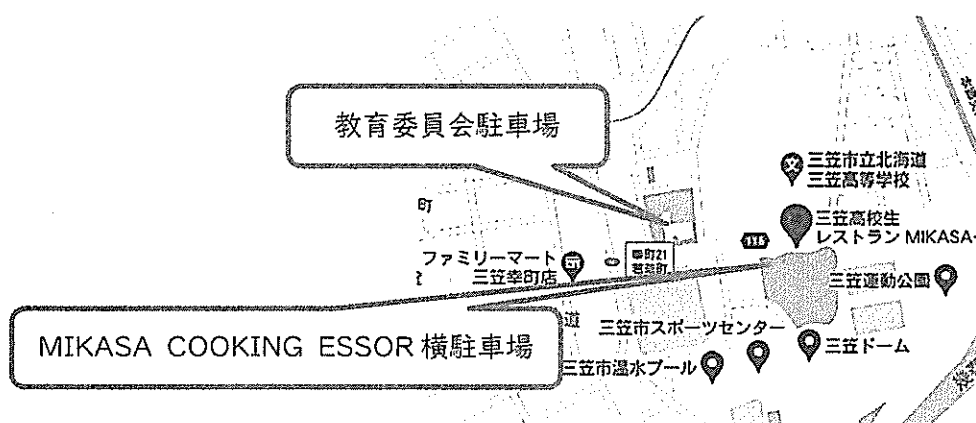
7:27 岩見沢ターミナル発	8:02 三笠高校前着
11:46 三笠高校前発	12:27 岩見沢ターミナル着
13:46 三笠高校前発	14:27 岩見沢ターミナル着
12:00 岩見沢ターミナル発	12:38 三笠高校前着
15:46 三笠高校前発	16:27 岩見沢ターミナル着
17:46 三笠高校前発	18:27 岩見沢ターミナル着

### (2) 自家用車駐車場について(下図参照)

本校向いの運動公園駐車場及び MIKASA COOKING ESSOR 横駐車場をご利用ください。

満車の場合、教育委員会駐車場をご利用ください。

※MIKASA COOKING ESSOR 正面駐車場は、一般のお客様用にお譲りください。



## 11 その他

発熱、風邪症状及び嘔吐下痢症状のある場合は、来校をお控えください。症状によっては、体験実習に参加できない場合があります。

体験実習の参加者は、1日タイプのレクリエーション保険に加入していただきます。加入手続きにつきましては、本校にて一括で行いますので、ご了承ください。加入費用につきましては、本校で負担いたします。

## 12 問い合わせ

ご不明な点がございましたら、下記までご連絡ください。

北海道三笠高等学校 TEL:01267-4-2200 教 頭 本杉 聡  
担当者 浅野 晶菜