

8 グループ 《笹谷・大笹生地区》 会員数7名

グループ長 竹内博子

副グループ長 鹿又澄子

＜グループ研修＞

1, 令和5年6月29日(木)
信陵学習センター

○保健師さんとの話しあい

今年度の活動について話しあい

2, 令和5年10月25日(水)
信陵学習センター
後期伝達研修 4名
(災害食)

○調理伝達

メニュー ・ツナときのこの和風パスタ

・キャベツの塩昆布サラダ

3, 令和6年2月22日(木)
信陵学習センター

○令和5年度反省会

次年度の活動について話し合い

《伝達講習》

令和6年2月13日(水)

男の料理

参加者 7名

ヘルスメイト 3名

メニュー ・ごはん ・牛肉と野菜の炒め物

・ほうれん草の中華のり和え

・トマトとレタスのヘルシー味噌汁

＜受講者の感想＞

トマトとレタスの味噌汁 牛乳が入り、洋風でありながら味噌が入り、おいしく身体にしみしました。

＜ヘルスメイトの感想＞

皆さんに喜んで頂き嬉しかったです。

