

# 食 育 部

[部員 22名] 部 長 甚野幸子  
副部長 高田町子

## 活 動 目 標



♪ 子どもに手作り料理の楽しさと

食事の大切さを教えましょう ♪



令和元年6月7日(金)  
保健福祉センターにて  
(15名参加)

- ☆年間計画を立てる。
- ・H24年度作成したレシピ本の再編集をする。
  - ・手芸(ランチョンマットになる弁当袋の作成)
  - ・調理実習

7月19日(金)  
保健福祉センターにて  
(12名参加)

☆レシピ再編集の為の打ち合わせ会 資料収集  
(2~3名でレシピの再確認…塩分・カロリー  
計算等々をしました。)



9月8日(日) ☆健康フェスタ参加  
アオウゼ 5F 試食コーナー担当  
(オクラとトマトのゴマ酢和え  
200食)

9月19日(木)  
保健福祉センターにて  
(14名参加)

ランチョンマットになる弁当袋を完成!



12月3日(火)



### ☆調理実習～全員参加

(各グループごとにメニューを決めた。)

- ・主食…1. 2グループ  
田舎ご飯 ショウガと枝豆のご飯
  - ・主菜…5グループ  
凍み豆腐の野菜肉巻き
  - ・副菜…4. 7グループ  
ヨーグルトサラダ 洋風なます
  - ・デザート…6. 8グループ  
りんごマフィン
- 盛りだくさん 美味しい料理に舌づつみ●

令和2年2月25日(火)  
かつ丸にて  
(13名参加)

### ☆反省会

反省会を兼ねたお食事会 親睦会を行いました。

[皆さんの感想]

- ・皆さんの豊かな感性・知識を頂き 楽しく過ごす事が出来た。(ランチョンマット作り～良～(#.~#)
- ・食の大切さを考える機会 再認識した。
- ・勉強会・手芸・調理実習と興味深い活動が出来た。
- ・全員参加の調理実習がとても良かった。
- ・今年度は 会員全員でレシピを考え グループ内に伝達出来た事が意義の有る活動になりました。  
(受け身の参加では無く 其々が責任をもって活動をする事が大切ではないでしょうか)