

件名 **男女料理教室**

6月9日（金） 女性福祉部

今回の料理教室には一般参加者17名、岩国市保健センターから2名、女性福祉部8名により楽しく開催されました。最初に保健センターから次の3点についてお話がありました。

①検診について（個別検診と集団検診の違いなど） ②食育標語大募集 ③健康マイレージの応募  
続いて、本日の本題である料理作りが3つのグループに分かれて開始されました。

<メニュー>

①かれのいのチーズピカタ ②長芋と野菜の和え物 ③ヨーグルトゼリー

参加者はベテランの主婦ばかりですからメニューを片手に手際よくどんどん仕上がっていきま

した。料理教室への皆さんの参加目的の一つには健康メニューである減塩、カロリー制限をした新たな料理を知ることと、仲間と一緒に料理を作る楽しみなどがあります。

リニューアルした調理場全体においしそうない匂いが立ち込めてはいきメニュー通りの料理がきれいに出来上がりました。最後には全員でおしゃべりしながらおいしくいただきました。

