

件名 牛野谷地区男女料理教室 6月21日(金) 主催：女性福祉部

男性9名、女性9名が牛野谷供用会館に集まり社協役員1名、食推委員4名、市保健センター職員1名の指導のもと、最初に料理レシピの説明を受けた後2班に別れそれぞれ下記の料理に挑戦しました。

《本日の献立》

- ①豆乳麻婆豆腐
- ②いためなます
- ③わかめのごま風味スープ
- ④花菜(ファチェ)

何度も参加されておられる人も多く調理器具の使い方もスムーズで、食推委員さんとコミュニケーションをしっかりとりながら皆さん真剣に取り組んでおられました。

食事前に市保健センター職員さんから、健康マイレージ(市民の皆さん1人1人が楽しみながら、体と心の健康づくりに取り組むことを応援する取り組み)、熱中症についての説明があった後、参加者全員でおいしく頂きました。

