

## 男女料理教室

6月12日(水)

主管 婦人福祉部

9時30分、牛野谷供用会館に、21名(内女性3名)が集まりました。今回は「バランスのよい食事～減塩」をテーマに、保健センターの指導員様より約10分の講話があり、2班に分かれて以下のメニューを学びました(食推さん5名)。

さわらの木の芽焼き(野菜付)、きゅうりとコーンの酢物、  
沢煮椀、フルーツヨーグルトサラダ

各人の熱心な作業により、11時には、全員(26名)の盛り付け、配膳が完了しました。

