

健康料理教室



料理教室前は食改さんが健康講話を行います😊

【参加者からの声】
「刺身以外のまぐろ料理を知ることが出来て良かった。」
「調味料を計量することを学んだ。」



おやこ料理教室



【参加者からの声(子)】
「みんなと一緒に作ったら美味しかった。」
「生活習慣を見直したいと思った。」

【参加者からの声(親)】
「親子で一緒に作る時間を持つと思いました。」
「普段家で出ないものも食べるんだなあと思いました。家でもやってみます！」

高校生食育教室



【参加者からの声】

「来年から1人暮らしなので、献立に迷ったら、これにしたいと思う!」「切り方や、材料の分量などたくさんの事をアドバイスしてもらったので、とてもためになりました。」

「普段いかに濃い味付けをしているかが分かった。」