

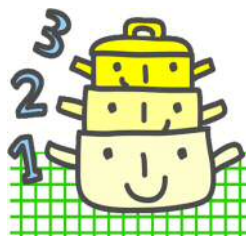


# 食生活改善推進員連絡協議会

## 親子の食育教室



親子で楽しく料理をします。バランスプレートに盛り付けてバランスの良い食事を考えます。



## 子どもの料理教室 「にこにこクッキング」 平間こども文化センター

子どもたちと楽しく昼食を作りました



焼きたてがおいしい  
デンバートースト

# 中原区の活動



## ママの食育 ホットほっと



うちわを使って食事バランスガイドの歌を歌いました。赤ちゃんも喜んで聞いてくれます。この日は35組の参加した。



## 男性の料理教室



男性も自立した食生活を実現します



## 会員研修



ティラミス・くるみのケーキ・キッシュ・サラダを会員のレシピで作りました。



明治料理教室  
山菜おこわ・鮭の味噌ヨーグルト蒸し・和風ブラマンジェ

カルシウムをたっぷり取れる料理を講師を招いて学習したりや東京ガスのショールームで料理を教えあったりしています。



## 食育キャンペーン

19日(食育の日)にティッシュやちらしを配布しながら食育のPRをしています

