

「えひめ教育の日」関連事業
実 施 状 況 報 告

事業名	宇和島教育会 料理教室		
実施主体名	宇和島教育会		
日時	平成26年11月22日(土) 9:30～13:00		
場所	番城公民館 調理室		
参加者	教育会会員	参加者数	17 名
講師に、宇和島市役所保険健康課 船田美穂、草木原かおり先生をお迎えし、「ヘルシークッキング」と題し、講話及び調理実習を行いました。 講話では、「中高年を迎えた男女が手軽に料理できるもの」というテーマで、健康維持・増進や素材を生かした調理方法について、実例を挙げて分かりやすく教えていただきました。 本教室は例年男性の参加が多く、今年も男性が半数を超えました。実習では、一部悪戦苦闘しながらも、4品の料理に挑戦し、グループごとに和気あいあいと、親睦を深めながら楽しく調理・会食をすることができました。			
			
講師の先生のお話		調理の様子	
		会食の様子	