

第七回川尻・安浦地域包括ケアシステムを樹立する会

平成30年3月28日（水）18:00～19:00

テーマ「施設利用者と一緒に作れる簡単レシピ（実演）」

川尻・安浦地域包括ケアシステムを樹立する会は、3月28日（水）で第7回目を迎えました。この度は、制度改正の時期と重なり、いつもの講義方式ではなく、「施設利用者と一緒に作れる簡単レシピ（実演）」と題して、日本テレビ系列のお昼の番組「ヒルナンデス」のコーナーで、第3代レシピの女王に輝かれた、安浦町在住のフードプランナー 大本 紀子氏を講師としてお迎え致しました。

実演の前に、「わたしの食育」というテーマで大本氏にお話をして頂きました。特に仕事をしていると時間がないので、手作りや無添加の料理が作れない。そのことで自分自身を責めたり、母親失格だと落ち込む日々があったそうです。

でも、料理は毎日行うもの。前向きに手を抜いても、家族が美味しいと思って食べてくれば、気が楽になったと自身の体験をお話して頂きました。

実演では、「じゃが丸チーズのレシピ」をタコ焼き器で作りました。実際に作る場面を見て頂き、参加者に2個ずつ試食して頂き、美味しかったという声を多く頂きました。

料理で失敗しないコツは何ですか？との問いに、「美味しいものと美味しいものを入れれば、さらに美味しくなる」とのこと。世間の忙しさを忘れさせてくれる、ひと時を過ごす事が出来ました。



講師の大本紀子氏



実演しました。アツアツで美味しかったです。



コラコラ、食べ物で遊ばないの。そこのお二人