



天草分会下田南地区で「男性料理教室」が開催されましたので報告します。

日 時：2026年7月15日（水） 9時30分～13時30分

場 所：下田南コミュニティセンター

参加者：8名 食改2名

講 話：今日から始まる低栄養予防について

食改：野口 眞澄

献 立：鶏肉のケチャチーズ焼き

いんげんとキャベツのわさマヨ和え

じゃが芋のしゃきしゃき炒め



#### <参加者の感想>

- ・以前の料理は薄味で旨くなかったけど、今日は美味しい。

#### <食改の感想・反省など>

- ・参加者のほとんどが高齢者なので、今回のパンフレットは良かった
- ・数人の入れ替えがあったので、数年前の関連資料も参考に配布した。
- ・会食中、健診の重要性や減塩について話し合った。
- ・参加者の皆さんの手際が良くてスムーズに作業ができた。

