

本渡分会活動報告（2024.1.8）

若者世代への料理と減塩の推進として「本渡看護専門学校料理教室」を開催しましたので報告します。



1) 実施概要

対 象：天草市立本渡看護専門学校 2年生 36名

食改参加者：9名

日 時：2024年1月8日（水） 8：30～12：00

場 所：複合施設こらす 会議室A・B・C 調理室

2) 実施内容

講 話 学生のための食活ゼミ
講師：食育アドバイザー 山本友保

実習献立 ガパオライス風、ころころサラダ
コーンベークンスープ

その他 血圧記録手帳を配布



<学生の感想>

- ・色とりどりで美味しかった。
- ・自分は味が濃い目なので、薄味にしようと思う。
- ・普段料理はしないが、今後は今日の料理を作りたい。
- ・班で協力できて効率よくできた。

<食改の反省・感想>

- ・多くの参加者の場合、つぎ分けるときにどうしても食い込むので1～2割増して炊く必要があると感じた。
- ・目的達成度としては、「できた」の評価であった。

