河浦分会自主学習会報告　2026　9　15



河浦分会で実施した自主学習会を報告します。

日　時：2026 年９月 15 日（火）　９時～13 時
場　所：西保健センター
参加者：７名（養成教室生含む）
出前講座：「防災に対する心構えと準備」について
　　講師―天草市消防　河浦分署山田氏
献　立：夏野菜カレー
　　カラフルコールスロー
　　サイダー寒天



＜参加者の感想＞

・夏野菜カレーの野菜トッピングが楽しめた。
・サラダは彩りがよく、ドレッシングもあっさりして美味しかった。
・サイダー寒天にサイダー感が良かった。丼で固めて八等分したらいい感じだった。

＜食改の感想・反省など＞

・出前講座ではいい勉強ができた。
・参加者が少なくて残念だったが、調理実習では手際よくできた。
・夏野菜カレーはボリュームがあり、見て食べて楽しめた。
・個々にあったご飯の量を計った。
・減塩の呼びかけをお願いした。

