

2013カワラッキー賞 カワラッキー賞受賞

高浜市地域婦人会連絡協議会

*** おいしく食べて、たのしく運動 ***

お米を食べる文化
を大切にしておね

野菜スープ →

↓おやつおにぎり



健康体操 →



地域の方が講師となって地域の親子に教える「高浜(まち)の学校」で小学生の親子対象に、健康体操&おやつ作りの講座を行いました。

メニューは子どもが作りやすい「おやつおにぎり・野菜スープ・寒天よせ」で、お米を食べる文化を大切にしてほしいという思いを込めました。調理手順だけでなく、食事作法や普段の食生活で心がけたいことも子ども達に伝えました。