

大麦で健活!

大麦料理教室&子育て支援講演会を開催します

玖珠町では、3年前から大麦プロジェクト研究会を立ち上げ、大麦の普及活動を実施しています。

大麦は食物繊維が豊富で、健康にも良いとされています。現在、学校給食で、玖珠町で作られた大麦が提供されるなど、少しずつ普及しているところです。

今回は、講師を招き、大麦料理教室と大麦を交えた子育て講演会を実施します。

どなたでも参加できます。ぜひご参加ください。

大麦料理教室

日時：1月28日(火)
午後1時30分～3時30分
受付 午後1時～
場所：くすまちメルサンホール
定員：20名
内容：大麦の調理実習
「生活習慣病予防に役立てよう
～食から始める健康づくり～」



子育て支援講演会

日時：1月29日(水)
午前10時～午後0時30分
受付 午前9時30分～
場所：森自治会館
定員：20名
内容：お話と大麦の調理実習
(鍋で炊くご飯、“重ね煮調理”の味噌汁、おやつ、離乳食へのアレンジ術も)
テーマ：「お母さんと子どものためのごはんのお話」
体に優しく、味覚を育てる、食材の選び方など
“食”に関する基本のお話や、赤ちゃんのサインをキャッチして、子育ての悩み・ストレスの軽減につながるお話など。



こんどう たかみ
講師 近藤 貴美 氏 (神戸市むすび食堂店主)

神戸市で食堂と食材販売をするお店を運営
一方では「食で人と人、地域と地域をむすぶ」をテーマに、食に関するワークショップを全国で開催。大麦に関しても、多くのメニュー開発を行っており、玖珠町大麦プロジェクト研究会のフードアドバイザーとして協力いただいています。

参加申込について (予約が必要です。無料で託児を利用できます。)

募集期間：1月6日(月)～1月20日(月)

申込先：玖珠町役場 企画商工観光課 地域力推進班 ☎(72)9031

※託児を利用される方は、申し込み時に併せてお願いします。

準備物

参加費200円(大人1人あたり)

調理実習に必要な物(エプロン、三角巾、手拭き、筆記用具)

子どもさんの食事に必要な物(エプロン、スプーン、飲み物など)

託児に必要な物(おむつ、おしり拭き、着替え、タオル、飲み物、おやつ、ミルクなど)

【共催】

玖珠町大麦プロジェクト研究会・玖珠町・玖珠町社会福祉協議会・(医)友光会友成医院産後ケアすみれ