別紙様式２

出前授業「日常食を非常食に」

生活協同組合コープみらい
11/15(金)市原市保健センター

11 月 15 日(金)、市原市保健センターの依頼を受けて、食生活改善推進員 26 人を対象に出前授業「日常食を非常食」を実施しました。

参加者は普通米を研がずに炊いたご飯や、焼き鳥の缶詰とたまごや玉ネギを利用した親子丼、食パンを使用したパンプディングなどを作りました。

非常時でも湯煎をすることによって少ない水で調理ができることと共に、温かい食事や甘いものを食べることで心がほっとできることなど、食の大切さを再認識しました。