

親子クッキング

流山市健康増進課
令和 6 年 6 月 1 5 日・保健センター



6月15日（土）ちば県民の日に親子クッキングを開催し、11組23人の親子が参加しました。

「食育の5つの力」の説明や、流山市の小松菜について、成長期の小学生に必要なカルシウムについての講話後、調理実習を行いました。メニューは「肉巻きおにぎり、小松菜たっぷりシュウマイ、こまつナ和え、ゴロゴロ野菜スープ、果物」でボリューム満点でしたが、「自分で作れて楽しかった」「いつもは教えながら一緒に作る時間がとれないので良かった」などの声があり、とても好評でした。