

さきがけ！男の料理塾
卒業生のつどい
だいどころ倶楽部
活動報告 R6年第1回

日程：令和6年8月20日(火)

天気：曇りのち雨

会場：内郷公民館 調理実習室

参加人数：14名（ボランティア参加者4名）

こんなことをやります！

みんなで集まって簡単な昼食を作ります！（ご飯、みそ汁など）

作った料理は会食をしながら、参加者同士の交流を行います！

卒業生が自主的に集まって行う活動を応援します！

● 本日の実施内容 ●

調理の様子

それぞれの料理を分担して作業！珍しい食材や初めての場所での実施に苦戦しつつも、みんなで手分けして楽しく料理も完成！普段調理をしないという方も、参加者同士会話が弾みながら調理を行う様子が見られました！



ボランティア・参加者より
食材の提供ありがとうございました



完成した料理

- ・ナスとオクラの肉みそ炒め
- ・バターナッツ（かぼちゃ）
のんにんにくバジル炒め
- ・きゅうりのしそ巻き、ツナ和え
- ・なすのみそ汁



夏野菜をふんだんに使った料理がたくさん！普段そんなに昼食を食べないという方も、なんと今回は完食！ まだまだ残暑厳しいですが、しっかり食べて乗り切りましょう！

次回開催予定日

：令和6年10月22日(火)

作成：地域包括ケア推進課

☎ 27 - 8575