

さががけ！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年度第4回

日 程：令和7年2月25日(火)

天 気：晴れ☀

会 場：内郷公民館 調理実習室

参加人数：12名（ボランティア参加者9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）

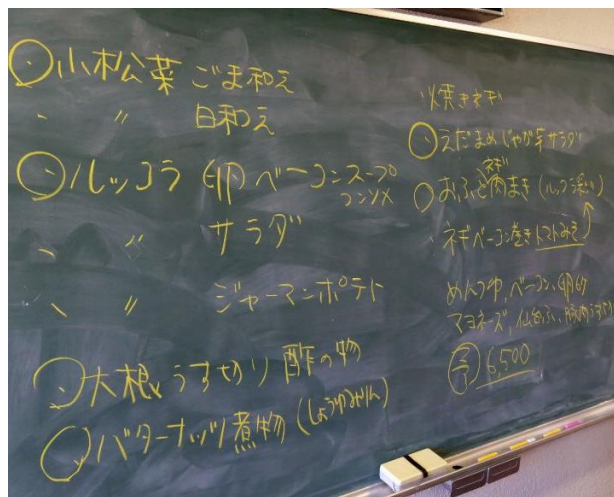
作った料理は会食をしながら、参加者同士の交流を行います！

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

参加者の皆さんより提供のあった、ルッコラやバターナッツかぼちゃなど珍しい野菜もみんなでアイディアを出し、おいしく調理ができました。だし汁を吸った麩を使った肉巻きはボリューム満点◎色鮮やかなワンプレートができあがりました！



完成した料理



- ・ご飯 ・小松菜の胡麻和え
- ・ルッコラとベーコンと卵のスープ
- ・大根の酢の物 ・バターナッツ煮物
- ・じゃが芋と枝豆サラダ
- ・じゃが芋のカレーサラダ
- ・麩の肉巻き ・ねぎの肉巻き 他

いろんな食材や味付けが楽しめる満足感のあるおかずになりました！参加者の方からは、見事な仕上がりに思わず「みんなで食堂でもやるか〜？」なんて声も！！来年度の開催も楽しみです！

次回は 令和 7年 6月頃？ 開催予定！

開催日程が決まり次第ご案内を差し上げます

作成：地域包括ケア推進課

☎ 27 - 8575