

主催事業紹介

「味わい工房」

実施日：7月21日（木）雨のち晴れ / 9月15日（木）雨

参加者：10名 / 9名

夏・秋それぞれの旬の野菜を使った養生料理を学びました。

《夏メニュー》

- ・ サラダ風そうめん・ 南瓜の豆乳スープ・ 冬瓜と豚肉の炒め物
- ・ 豆腐のチーズケーキ・ 三色胡麻和え

《秋メニュー》

- ・ モロヘイヤご飯・ 白玉まんじゅうのお椀・ 鮭とカボチャのチーズ焼き
- ・ 梨のおろし和え・ 抹茶のかるかん・ 豆腐と茸の卵とじ

各回2班に分かれ、それぞれ講師の説明を受けながら、季節の食材を効率よく調理する方法を学びました。南瓜スープでは、南瓜の皮をクッキー型でハートの形にくり抜くなど見た目も味も抜群でした。美食そして健康メニューを堪能し、みなさん「自宅でもこのメニューを活用していきたい!」とのことでした。



主催事業紹介

「グラスアート」

実施日：8月3日（土）曇り 参加者：小・中学生 計16名

あきびん、リード線、色セロファンなどを使って、それぞれが斬新なアイデアできらびやかな作品を作りました。作っているときはみんなすごい集中力でした。



先生は「自分が小学生の頃に作った物を今でも大切に持っていて、その作品を見るたびに、子どもの頃を鮮明に思い出す事ができる。それで元気が出てくるんだよ」とお話ししてくださいました。大人になって今日の作品を見て子どもの頃の事を思い出してくれたらいいなと思います。