

## 6月食育月間の取り組み

所属団体名	東大阪地域活動栄養士会
施設等名	はすの広場
取組等の名称	ビストロおっさん亭 (男性だけの料理教室)
実施時期	令和4年6月21日(火)、10:00~13:20
取組内容	<p>男性の食の自立を目指して行う料理教室</p> <p>メニュー:アスパラの肉巻き・にんじんシリシリ・きのこの豆乳スープ・ 野菜ジュースとアイスでババロア風</p> <p>講話:食事の基本とフレイル予防について</p> <p>実施内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者2名とスタッフ1名で近くのスーパーへ買い物に行く。</li> <li>・残りの参加者とスタッフで調理器具や食器出しと洗浄を行う。</li> <li>・にんじんを参加者全員で少しずつだが切る。アスパラを肉で巻く作業も全員にしてもらう。</li> </ul> <p>参加者の感想</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・肉巻きは味が濃かったが、他がうす味だったのでバランスは取れていた。</li> <li>・デザートがおいしかった。</li> <li>・入れ歯なので、にんじんがかたくてちょっと食べにくかった。</li> <li>・久しぶりにみんなと会えて、一緒に作業して食べる事が出来て楽しかった。</li> </ul>

