

平成 28 年度 地域支援活動

平成 28 年度第 1 回は「夏バテ防止の食事」をテーマに下富谷シニアクラブの皆様と料理教室を行いました。

シニアクラブの皆様は、午前 8 時から神社やコミュニティセンターの掃除を行い、そのあと定例会を行います。定例会終了後、瑞穂園に集まります。

瑞穂園では、「夏バテ防止」の食材や食中毒についての話をしてから、「韓国風チヂミ」「どらやき」をシニアクラブの皆様と職員でつくり試食をしました。

夏バテ防止の食材として、にら・玉ねぎ・キムチの入ったチヂミ、疲労回復効果があるといわれる小豆を使ったどらやきをメニューとしました。

男性 10 名女性 9 名が参加され、男性がチヂミ、女性がどらやきを担当しました。女性は手際よく、また、男性グループの活躍が光りました。

