

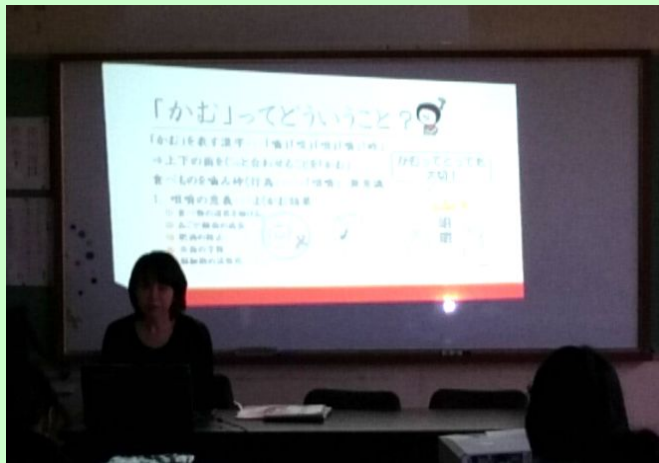
平成26年度 学校給食料理教室（大分市立松岡小学校）



期 日：平成26年12月10日（水）

場 所：松岡校区公民館

講 師：国立大学法人大分大学
教育福祉科学部附属小学校
栄養教諭 後藤 彩 先生



☆講師の後藤先生による講話

パワーポイントを使って、育てよう「かむ力」をテーマに昔と今の食事を比べて、昔の食事は今の食事の約6倍もの咀嚼回数があったことや、よく噛むことで集中力のアップにもつながることをお話していただきました。

☆調理実習

献立のテーマ：地産地消、大分でとれる食材を知ろう





献立

- ・とりめし
- ・県産さばの塩糍漬け焼き
- ・和風サラダ
- ・かきたま汁
- ・キャンディーポテト

参加者の方からいただいた感想の一部をご紹介します☆

- ・県産の物を使っての献立で、内容もよく考えていただいたのだと感じました。
- ・シンプルなものから、手のちょっとこんだものまで日頃に活かせそうなものばかりで良かった。
- ・かむことがアゴだけでなく、脳にも影響があるとは知りませんでした！今日からかむメニューで頑張ります！

ご参加いただいた大分市立松岡小学校の皆様お疲れ様でした。どうもありがとうございました。またのご参加をお待ちしております！！