

「食育セミナー」(福祉栄養学科主催)を開催しました!

3月9日(木)に関西女子短期大学附属幼稚園保護者を対象に「食育セミナー」を開催し、「防災」をテーマに講義と調理実習を行いました。総勢40名の参加で、楽しく学べる会となりました。

地域で栄養改善活動を行っている栄養アドバイザーやおの笠松範子先生から「災害時の食に備える」のテーマで、防災の心構えや備えるべき食品や備品等について、実物を見せていただいたりしながら具体的な話を講義していただきました。講義のあと、「もしもの時のために!災害時に役立つレシピ」の調理実習を行いました。災害食として、☆チキンライス(焼き鳥缶とトマトジュースで作ります)、☆鮭缶のちゃんちゃん焼き(アルミホイルを使って洗い物を減らします)、☆切干大根のごま酢和え(ボウルを使わず、ビニール袋の中で和えます)を作りました。かきたま汁、いちご大福(災害食ではありません)も加え、全部で5品を協力しあって作りました。参加された保護者からは「災害に対し準備は必要だとわかっていてもなかなか実行に移すことはできませんでした。今回のこの機会に考えていきたいと思いました。」「家族で見直ししないといけないと思いました。」等の感想が聞かれました。

このセミナーには学生18名がボランティアとして参加し、実習のサポート等を行いました。地域の方々と交流し、また、地域で活躍する栄養士の姿に触れ、学生の学びを深めることができました。

