

新宿区「食」を通じた健康づくりネットワーク 活動レポート

No.1

マルコメ株式会社 × 新宿地域交流館

『みそを知る』



実際に10種類のみそを食べ比べ、味や色、香りの違いを体験しながら、みその種類、製造方法、保存方法などが学べる講座(約90分)



参加した感想

みその種類やそれぞれの特徴を教わりました。短時間なのにみそにとっても詳しくなりました。

スーパーでみそを選ぶ時のポイントも教わり、帰り道に思わずスーパーの陳列棚でみその違いを復習しました。



参加した感想

10種類のみその食べ比べがとても面白かったです。お話を聞いてから食べるとう味の違いに納得！

講座を通して自分のお気に入りのみそを発見できました。





雪印メグミルク×ポピンズナーサリースクール四ッ谷 『牛乳の大切さを知ろう！』

牛乳を出してくれる乳牛のことから、牛乳からできるさまざまな加工品、牛乳に含まれる栄養についてなど、子どもたちが楽しめる教材を使っての楽しい講座(約 15 分)



参加した感想

3 歳児・4 歳児・5 歳児とそれぞれ内容を変えてお話していただきました。

どの年齢の子どもたちも惹きつけ、お話しされる様子はまさにプロ！大人も楽しく学べる講座でした。



新宿区「食」を通じた健康づくりネットワーク 参加者募集中！

新宿区では、区内の食育に関わる人たちが、互いに連携・協力を深め、社会全体の食育を推進していくこと目的として、新宿区「食」を通じた健康づくりネットワークを発足しました。

みなさんの得意なこと、できることを活かして、新宿区の食育活動に協力していただける団体・個人の方、そして協力を受けたい団体・個人の方を募集しています。

食と健康に関する取り組みをされている、または今後取り組んでみたい方、ぜひご参加ください。



【お申込み・問合せ】

新宿区健康づくり課健康づくり推進係 栄養担当
TEL:03-5273-3047/FAX:03-5273-3930