

庄中学校区青少年を育てる会

令和6年度の活動報告

家庭教育研修会「パッククッキング」【家庭教育部】



12月4日（水）、管理栄養士の森光 大先生（川崎医科大学高齢者医療センター）をお招きして、パッククッキングの実習を行いました。

献立は、ご飯、ツナじゃが、サラダチキン、りんごのコンポート。材料を入れたポリ袋を、お湯で煮て完成。調理できるまでに、災害時の話や健康について、2016年にご自身が熊本地震で被災したときの経験や写真を交えて、お話をしていただきました。

参加者からは、「お話が上手で聞き入ってしまいました」「キャンプ飯でも使える」「簡単でおいしい」「一人暮らしの母に使える！」等々、多くの感想をもらいました。

