

# 地産地消ランチ、食育イベント…

## 食を通して、地域に活力が生まれる場を作っています

地元のロクマル世代（60代前後）を中心に、ベテラン主婦、栄養士、食堂のスタッフ経験がある人、料理は苦手だけど接客が好きな人、食育をやってみたい人、将来自分のカフェを開きたい人が参加。

地域の人たちの健康や食べる楽しさを想像しながらランチを作り、食育を通じて、誰かの役に立てたり、食で地域を支える活動をしています。

## 2 実践

## 1 学んで

料理や接客の腕を磨くため、調理講習会や食育講座など、学びのプログラムを多数用意しています。

### ● 食の講習会「旬野菜を活かしたメニューづくり」

2019年5月開催



地元の料理家から、新鮮な地場野菜をおいしく味わえる料理、1種類の野菜から幾通りものメニューを考えるコツなどを学ぶ。

### ● 食育について学ぼう

2019年7月開催

食育活動に関わる際に必要とされる基本的な心がまえ、講師としての接し方のポイントなど。

### ● 絵巻寿司講座

2019年10月開催

巻き寿司教室ぐるりとのコラボ講座。細巻き作りも学び、のちに食育イベント等で活かしていく予定。



学んだことはランチやイベントで実践。トライして改善。現場での学びは、自信につながる！

### ● 感謝の500円ランチ

2019年5月・7月・12月開催



通常は、水曜日・木曜日に地場野菜をふんだんに使ったランチを提供している。

野菜が豊富な時期に、ワンコインで旬の味を楽しめるランチ。食のチームによるワークショップや活動紹介コーナーも設けます。



### ● 学童保育の子どもたちのための食育

2019年3月・8月開催

和菓子作り、餃子作りなど、実習を通して子どもたちに食の大切さを伝えます。子どもたちと一緒に食べながら交流も。



## 3 チーム力を上げて地域に活動の場を

仲間と学び合うなかで、チーム全体の結束力を高めています。60歳からでも、80歳になっても、地域の役に立てる喜びを実感できる活動の場を作っていきます。

### ● メニュー考案＆発表会

2019年7月～、12月に発表会

野菜のおいしさを引き出すメニューを考案し、12月の感謝ランチでお披露目する。奮闘ぶりレシピをまとめたリーフレットも作って、お客さんに食のチームの活動を知ってもらう。



### ● 地域活動グループの懇親会でパーティー料理の注文を受ける

2018年12月、2019年12月



食べてくれた方に感謝を伝え、料理を説明する食のチーム。

新鮮な都筑の野菜を使い、家庭的でちょっぴり豪華な料理が大好評。