

食生活改善推進員（ヘルスメイト）さんによる
ママのためのクッキング（恵方巻き）＆豆まき

=H25. 2. 1=



同じ町に住むヘルスメイトさんとお母さんたちの出会い★

季節の行事にちなんだ
恵方巻き作り★
出汁の取り方やパン粉代わりに
さつまいもを使用するなど
楽しいアイデア満載の調理実習♥



優しくて親しみやすい大先輩♥
気持ちがほぐれて
気軽に質問するママたち★



恵方巻きに和え物★
子どもが喜ぶ魚料理★
だし昆布やかつお出汁の料理★
ヘルスメイトさんの差し入れ「にんじんゼリ」etc
「捨てるものは何もないよ!」と
教わりました♥



子どもたちとボランティアさん☆昼食の様子



子育て応援団「ケーチャッキー」のみなさん大活躍☆
 子どもたちと豆まきをしたり遊んだりして
 お料理ができるまで楽しく過ごします♪



出来た〜♪♪運んできた♪♪
 ママがお料理を運んできて
 子どもたちも机を拭いて
 みんなで準備☆
 いただきま〜す♡♡♡



大きな恵方巻きを
 両手で大事に抱えて☆ガブリッ☆
 両端から勢いよく
 食べたよ☆



「片付けも料理のうち☆」
 進んで手分けして
 片付けをするママたち☆
 素晴らしい子どもたちのお手本☆

