



今年度の活動をスタートします！

短縮版 **バイオサポ基礎講座** & 「**鶏卵**」講座 ビジョンフード

2019年度メンバー募集！

「食べ物半分・食べ方半分」

栄養知識や調理技術・アイデアを学び

栄養バランスの良い健康な食べ方を

みんなで考える講座です。



年6回の講座を予定しています。

● **日時**：6月3日（月）10:00～12:30

● **場所**：なのはなプラザ 3F 調理室

（一関市大町4-29）

● **持ち物**：筆記用具 ※今回の講座後、1年間の講座内容をみんなで考えます

* 参加する方は下記の申込書を提出ください

“知識はしっかりと、実践はおおらかに”

※うら面もみてね♪

..... 切り取り線

水沢センター行き

バイオサポ基礎講座 & 「鶏卵」講座 参加申込書 締切 5/24（金）

支部名	班名・個配コース名	氏名	電話番号

昨年こんなことをしました

機関紙「どじょっこふなっこ」3月号より

9月

バイオサポ基礎講座&豚肉講座

連合会より猪狩さん、小山さんを招き、学習しました。



10月

ありあわせの材料で料理を作ろう

講座で学んだことを活かしながらの料理会



生活クラブの健康な食デザイン

バイオサポ

2018年度のバイオサポ活動は、「豚肉」をメインのテーマに、自分たちの地域で継続的に活動することを目的に進めてきました。

2019年度も新たな参加者も募り、「鶏卵」をテーマに進めていきます。

知識はしっかりと。

実践はおおらかに。



11月

野本健司さんの講演会

添加物について学ぶ

12月

伊達巻を作ろう

伊達巻から練り製品の添加物について学ぶ

