



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4日(火) 10:00~12:30

● **場所**：いわて情報交流センター・アイーナ 6F調理実習室

(盛岡市盛岡駅西通1丁目7番1号)

● **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 .....

盛岡センター行き

**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

