

2014年7月1日
No. 1405

○ 3月7日- 幹事員会議
支部役員会
(アイリス愛知)

現 評

愛知県職連合会
現業評議会

名古屋市中区三の丸3-2-1
愛知県東大手庁舎
代 表 052-951-4036
F A X 052-972-0649
www.aichikenshoku.gr.jp
gengyou14@aichikenshoku.gr.jp

2014年文化講座

現業初の料理教室 手際の良さにびっくり



10月4日、ウイールあ
においで、現業初企
の料理教室(参加者20
名)を開催しました。

学習会の目的は、現業組合員の生活習慣病予防と子どもや家族のために簡単に作れる、今話題の、マクロビオティッククッキングを学ぶことです。マクロティックとは、身体にストレスがかかる食品(肉、食品添加物など)を避け、玄米、野菜、豆、海藻といった食品を、季節や体調に合わせて賢く食べる食事法です。

参加者は、日頃ご家庭で作られている様子が何われ、手際の良さと豪快さには講師の橋本美沙紀先生も舌を巻くほどでした。また、料理は段取りが大事で、それは仕事にも繋がるとおっしゃっていました。

担当書記のつばやき

自分や家族の健康を考え、今後も家庭で作ってくださいね。