

平成 29 年度 健康マイプラン実践講座 報告

食中毒予防の三原則

- 1、つけない
- 2、増やさない
- 3、やっつける

実施日：平成 29 年 7 月 20 日（木）9 時～15 時

団体名：うまい会男の腕まくり

講師：管理栄養士 森下節子氏

～男の独り立ち学習 食の安全衛生について～

黒豆コーヒーかん

ピーマンの佃煮

ゆで卵のサラダ

鶏むね肉の揚げ焼き
トマトおろしソース

豆腐と茄子の冷や汁



講師：森下節子氏



包丁さばきも
手慣れたもの？！



感想

基本的な献立を分かりやすく丁寧にご指導いただきました。

特に、夏野菜（トマト・ピーマン）を使った献立は、今後の家庭での料理のひとつに活用したいと思います。

また、夏場の食中毒予防について、具体的なかつ実践的でユーモアあふれる説明で大変役立ちました。