

男性料理教室

【開催日・場所】

令和7年10月15日(水) 宇和島市明倫公民館

宇和島市食生活推進協議会OB料理クラブの皆さんと一緒に、地域の高齢男性などを対象に料理教室を開催しました。南予地域の郷土料理を中心に、健康的で栄養のバランスを考えた料理を作りました。より美味しく、より健康的な食事を目標に、参加者の皆さんはメニューの彩りや盛り付けた方も工夫しながら、調理に取り組んでいました。

