

(5)

# いきいき トピックス



## 中華料理と煮魚に挑戦しました！ 男の料理教室開催

2月21日・28日・3月8日の3回の日程で、男の料理教室を開催しました。今回は14名の方が参加。津別町役場の武田栄養士と加藤栄養士を講師に迎え、天津丼・カレイの煮付・麻婆豆腐などに挑戦しました。各班には、赤十字奉仕団のボランティアさんが入ってお手伝い。中でも中華料理は、市販の元を使えば簡単に作ることができますが、今回は自分で調味料を合わせてすべて手作りしました。初めは「これで大丈夫？」という不安な声も聞こえてきましたが、どの班もうまく仕上がり、とてもおいしく試食することができました。

「いつも市販の元を買っていたけれど、今度は自分でやってみよう」「大好きな麻婆豆腐の作り方がわかってよかった」と感想をいただき、参加者の皆さんは料理の腕に自信がついたようでした。