

【様式 1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	中央公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「男性料理Ⅰ」
実 施 時 期	5月～6月
取 組 内 容	<p>中央公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集し、男性を対象とする調理実習を行いました。</p> <p>対象者 : 鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人男性(定員20名) 場所 : 鹿児島市中央公民館 調理室 趣旨 : 料理の基本と栄養のあり方を学び、身近な材料を使って実習する。 実施日及び内容: 全4回(5月2回、6月2回)実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年6月16日(金)10:00～12:30 参加者 13名 献立 豚肉のしょうが焼き れんこんのきんぴら すみれ汁 ・平成29年6月23日(金)10:00～12:30 参加者 13名 献立 煮込みハンバーグ カリカリベーコンサラダ スープ

【様式 1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	中央公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「食卓を彩る家庭料理」
実 施 時 期	6月1日・6月8日・6月15日
取 組 内 容	<p>鴨池公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集し、身近で旬の素材を使った調理実習を行いました。</p> <p>対象者:鹿児島市内に居住する又は勤務する一般成人(定員20名) 場 所:鹿児島市鴨池公民館・調理室 趣 旨:料理の基本を学び、身近な素材や季節感あふれる旬の素材を使った家庭料理の楽しさを味わう。 実施日及び内容:全6回(5月3回、6月3回)実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年6月1日(木) 参加者 18名 献 立 ラタトゥイユ、海老の変わり揚げ、手羽中の山椒揚げ、レモンケーキ、野菜の和風テリーヌ ・平成28年6月8日(木) 参加者 18人 献 立 タンドリーチキン、冷凍里芋と豚肉の煮物、焼かないオムレツ ・平成28年6月15日(木) 参加者 17人 献 立 基本のスコーン、甘み控えめのジャム、簡単クロテッドクリーム、レモンクッキー、レモンゼリー、シナモンとラムレーズンのケーキ、サンドウィッチ

【様式 1】**食育月間の取組
(6月の実績)**

担 当 課	城西公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「こだわりのパスタ料理」の実施
実 施 時 期	6月1日・15日・29日
取 組 内 容	<p>城西公民館前期講座として、鹿児島市広報「市民のひろば」及び「城西公民館だより」の4月号などで募集しました。</p> <p>対象者 : 鹿児島市内に居住の方又は、勤務の一般の方です。 受講者数: 20人(定員20人) 学習内容: いろいろなパスタ料理を学びながら自分なりのこだわりのパスタを作りました。 実施日 : 6月1日、15日、29日</p>

【様式 1】**食育月間の取組
(6月の実績)**

担 当 課	城西公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「城西ふっくらパン工房」の実施
実 施 時 期	6月14日・28日
取 組 内 容	<p>城西公民館前期講座として、鹿児島市広報「市民のひろば」及び「城西公民館だより」の4月号などで募集しました。</p> <p>対象者 : 鹿児島市内に居住の方又は、勤務の一般の方です。 受講者数: 21人(定員20人) 学習内容: 添加物のない安全なパンづくりを通して、食生活に潤いをもたらせます。 実施日 : 6月14日、28日</p>

【様式 1】**食育月間の取組
(6月の実績)**

担 当 課	城西公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「パパッと簡単！バランス弁当」の実施
実 施 時 期	6月9日・23日・30日
取 組 内 容	<p>城西公民館前期講座として、鹿児島市広報「市民のひろば」及び「城西公民館だより」の4月号などで募集しました。</p> <p>対象者 : 鹿児島市内に居住の方又は、勤務の一般の方です。 受講者数 : 20人(定員20人) 学習内容 : 健康料理を取り入れた、おいしくヘルシーなお弁当作りを学びました。 実施日 : 6月9日、23日、30日</p>

【様式 1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	谷山市民会館
取 組 の 名 称	公民館講座「男性料理入門」
実 施 時 期	5月～7月
取 組 内 容	<p>谷山市民会館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集し、男性を対象とする調理実習を行いました。</p> <p>対象者： 鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人男性(定員25名) 場所： 鹿児島市谷山市民会館 調理室 趣旨： 料理の基本を学びながら、自分でも作ってみようという気持ちを持ってもらうとともに、健全な食生活の実践を促進する。</p> <p>実施日及び全5回(うち6月は3回)実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年6月1日(木) 参加者 22名 学習主題「たまご料理」 ちくわの豚バラ巻き ほうれん草とにんじんのナムル 中華風コーンスープ 卵チャーハン ・平成29年6月15日(木) 参加者 22名 学習主題「いかのさばき方」 いかと里芋の煮付け そうめんチャンプルー 小松菜と油揚げとしめじのみそ汁 きゅうりの辛味漬け ・平成29年6月29日(木) 参加者 21名 学習主題「缶詰を使う」 さば缶の炊き込みご飯 ゴーヤとツナの春雨サラダ 小松菜のみそバター炒め かきたま汁 うどんぎょうざ

【様式 1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	伊敷公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「やってみませんか 男の料理」
実 施 時 期	6月2日、6月9日、6月23日
取 組 内 容	<p>伊敷公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろ」及び「公民館だより」4月号などで募集し、男性料理講座を開催しました。</p> <p>対象者：鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人(定員20名) 場 所：鹿児島市伊敷公民館 調理室 趣 旨：男性を対象に料理の基本について学び、料理作りを通して食生活をさらに豊かにしていくことがねらいです。</p> <p>【実施日及び内容】</p> <p>6月2日(金) 参加者数14名 学習主題「きのことトマトがであったヘルシー鍋」 ・きのことあさりのトマト鍋 ・にらのアリオリ ・インゲン豆とイカのレモンソース ・ハーブトースト</p> <p>6月9日(金) 参加者数15名 学習主題「カジュアルメニュー」 ・海の幸のガンボ ・バターパセリライス ・コーヒー風味のバナナケーキ ・かにとアボカドのスープ</p> <p>6月23日(金) 参加者数14名 学習主題「ヘルシーイタリアン」 ・いろいろやさいのフェデリーニ ・オレンジとグレープフルーツのミントシロップ ・すずきの生ハム包みアンチョビソース・トマトのグリル</p>

【様式 1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	武・田上公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「お父さんの料理教室」の開催
実 施 時 期	6月(6日・13日、2日間)
取 組 内 容	<p>武・田上公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 対象者は、男性(お父さん)で、20名程度です。 ・ 普段料理する機会の少ない男性に、実際の調理実習をとおして味付けの仕方を学んだり、献立や栄養のバランスを考えたりする講座として開設しています。 ・ 5月3回、6月2回 <p>【参加人数及び実習内容】</p> <p>○6月6日(火) 参加者 19名 献 立 豚肉のカルパッチョ風 明太ポテトサラダ 小松菜ともやしの煮ひたし</p> <p>○6月13日(火) 参加者 19名 献 立 魚(メカジキ)の照焼き トマトと茄子のグラタン コールスロー</p>

【様式 1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	吉田公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「酒の肴料理教室」
実 施 時 期	6月13日(火)、6月20日(火)、6月27日(火)
取 組 内 容	<p>吉田公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「吉田公民館だより(4月号)」等で募集し、酒の肴料理の調理実習を行いました。</p> <p>対象者:鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人(定員10名) 場 所:鹿児島市吉田公民館 調理室 趣 旨:料理の基本を学び、簡単に美味しい酒の肴料理をつくる。</p> <p>内 容:平成29年6月13日(火) 参加者7名 献立 ロールキャベツのケチャップ煮 イカと野菜のマリネ トマトのブルスケッタ 黒米のご飯</p> <p>内 容:平成29年6月20日(火) 参加者10名 献立 米ナスの田楽 小エビと三つ葉のかき揚げ ヨーグルトスフレ ざるそば</p> <p>内 容:平成29年6月27日(火) 参加者9名 献立 中華ちまき 鯛のオープン焼き 春雨の中華スープ コーヒーゼリー</p>

【様式 1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	喜入公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「スピード簡単クッキング(男性講座)」
実 施 時 期	平成29年6月
取 組 内 容	<p>喜入公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集し、男性を対象とする調理実習を行いました。</p> <p>対象者：鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人男性(定員16名) 場 所：鹿児島市喜入公民館調理室 趣 旨：気軽に簡単に手早く作ることのできる料理作りを学ぶ。 実施日：全5回(うち6月は2回)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年6月20日(火) <ul style="list-style-type: none"> 参加者 8名 献立 <ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん 豚のソースマリネ ふだん草の白あえ 若竹汁 季節の果物 ・平成29年6月27日(火) <ul style="list-style-type: none"> 参加者 7名 献立 <ul style="list-style-type: none"> 野菜たっぷりの中華丼 春巻き 中華風コーンスープ 季節の果物

【様式 1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	松元公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「かごしまの郷土料理教室」
実 施 時 期	6月16日
取 組 内 容	<p>松元公民館通年講座として、鹿児島市の広報紙「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集し、かごしまの郷土料理教室を行います。</p> <p>対象者：鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人(定員20名) 場 所：農村交流館まつもと。(近隣施設において調理実習をします。) 趣 旨：季節の食材を生かした鹿児島の郷土料理を楽しく学びます。 実施日及び内容：全7回(月1回)</p> <p style="padding-left: 40px;">・平成29年6月16日(金) 参加者 18人 献 立 ふくれ菓子 ケセン団子 カカラン団子 煮しめ</p>

【様式 1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	郡山公民館
取 組 の 名 称	郡山公民館前期公民館講座「プロに学ぶ料理のポイント」
実 施 時 期	5月～7月
取 組 内 容	<p>郡山公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集し、「プロに学ぶ料理のポイント」を行いました。</p> <p>対象者： 鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人(定員10名) 場所： 郡山中央講座桜改善センター 調理室 趣旨： 調理のプロに学びながら、ひと手間加えた料理の作り方を楽しむ。 実施日及び内容： 全6回(5月1回、6月4回、7月1回)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年6月1日(木) 参加者 8人 献 立 麻婆茄子、えびちり、杏仁豆腐、卵スープ ・平成29年6月15日(木) 参加者 8人 献 立 キーマカレー、スパイシーチキン、サラダ、コーヒーゼリー ・平成29年6月22日(木) 参加者 9人 献 立 帆立のバター醤油炊き込みごはん、高野豆腐の煮物、ささみ と三つ葉のわさび和え、わらびもち ・平成29年6月29日(木) 参加者 7人 献 立 鶏肉と野菜の甘酢あんかけ、はるさめの中華風スープ、生春 巻き、蒸カステラ

【様式1】

食育月間の取組
(6月の実績)

担 当 課	谷山北公民館
取 組 の 名 称	公民館講座「体にやさしいかんたん料理教室」
実 施 時 期	6月3日・17日
取 組 内 容	<p>谷山北公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集し、体にやさしいかんたん料理教室を行いました。</p> <p>対 象 者： 鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人(定員24名) 場 所： 鹿児島市谷山北公民館 調理室 趣 旨： 栄養バランスを考えた簡単でヘルシーな調理法について楽しく学ぶ。 実施日及び内容： 全5回(5月3回、6月2回)</p> <ul style="list-style-type: none">・平成29年6月3日(土) 参加者 14名 献 立 ヘルシーロールとんかつ、さつま汁、きんぴらごぼう、わらび餅・平成29年6月17日(土) 参加者 20名 献 立 ロールキャベツの煮込み、ブルスケッタ、エビと野菜のマリネ、コーヒーゼリー