

食事は栄養バランス良く

県の講座 食改メンバー生徒に伝授

高南蘇

南木曾町の蘇南高校でこのほど、「高校生食生活」がテーマに、鶏肉とタマネギのしょうが焼きと豆乳豚汁、ナメタケあえの3品を生徒が作った。料理が好きという永井優多さん(18)は「豆乳豚汁は作ったことがないので、家族に振る舞いたい」と話し調理した。来年、進学で1人暮らしをするという森田ひかりさん(18)は「豚汁



塩分を控えめにした料理を作る生徒

のみそを入れるタイミングが勉強になった」と話していた。福祉事務所が高校生に食について学んでもらおうと毎年行っている。講座は、県木曾保健(小口浩一)