

# 【様式1】

## 食育月間の取組 (6月の実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	京都市
取組市町村名	京都市
取組の名称	初夏の食育セミナー『京・食クッキング』
実施時期	平成29年6月1日～30日
取組内容	<p>【目的】 京都市では『健康長寿のまち・京都 食育推進プラン』に基づき、多世代にわたる食育の取組を推進するため、食育セミナーを実施し、食に関する正しい知識等を提供したり、望ましい食生活の実践を啓発しました。</p> <p>【実施場所】 区役所・支所保健福祉センター(京都市内14箇所)</p> <p>【参加延数】 23回 321人</p> <p>【内容】 講話:バランスの良い献立を立てるヒント 調理実習・試食:簡単バランスクッキング</p> <p>【献立】 ごはん 豚の冷しゃぶ 和風ラタトゥユ きゅうりと麩のからし和え じゃがいものあべかわ</p> <p>【参加者の感想】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・とても分かりやすい説明と簡単な調理でバランスの取れたおいしい料理を教えていただきありがとうございました。</li> <li>・生姜やからし等を活用して薄味に仕上げることが参考になりました。</li> <li>・とても参考になりました。毎日の食事に役立てていきたいです。ありがとうございました。</li> </ul>

