

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市立妹尾公民館
取組の名称	おいしい健康セミナー チーズを知りチーズに親しむ
実施時期	6月4日(火)
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	<p>目的: 「食べ物」や「飲み物」に関する歴史や製法、種類や健康効果、おいしく楽しむための方法等を知ることによって、「食」に対する興味・関心を高めると共に、日々の生活をより一層充実したものにしていきます。</p> <p>対象・参加者: ミドル・シニア世代 24人</p> <p>内容: 世界中で食されているチーズは、美味しさと健康を満たす素晴らしい食品です。本講座ではチーズの歴史、製法、種類、そして栄養面の価値について理解を深めます。さらにチーズをもっと食生活に取り入れていただくための手軽な食べ方をご紹介します。</p>