

## 健康料理教室参加者募集

☆テーマは「季節の食材コース（春）」です。

開催日時 3月4日(木) 午前10時～

会場 構造改善センター料理教室（石巻）

開催日時 3月5日(金) 午前10時～

会場 福岡支店2階料理教室

参加費 無料（農協が助成）（女性部員外500円）

☆テーマは「季節の食材コース（Spring）」です。

開催日時 4月8日(木) 午前10時～

会場 構造改善センター料理教室（石巻）

開催日時 4月9日(金) 午前10時～

会場 福岡支店2階料理教室

参加費 50円（女性部員外550円）

各回とも

講師 JA愛知厚生連 管理栄養士



昨年の様子

持ち物 マスク、エプロン、ハンドタオル、筆記用具

定員 各20名

締切日 各開催日の7日前まで

## みんなで作ってみよう! 健康レシピ♡

JA愛知厚生連が クックパッド「JA愛知厚生連のキッチン」を開設しました。

“美味しく健康 楽しく料理”をモットーに始まった「JA愛知厚生連のキッチン」では厚生連が県下JAの料理教室で実施してきた約600のレシピの中から、季節やイベントに合わせた健康レシピを写真付きで分かりやすく紹介しています。

コロナ禍でうち時間が増える中、ご自宅でも健康料理をお楽しみいただき、日々の健康管理にお役立てください。

クックパッド JA 愛知厚生連

検索



※クックパッド㈱が提供するレシピ検索サイト「クックパッド」

※女性部だよりでの案内は、健康診断募集を除き女性部員向けの募集となっております。女性部へのご加入は最寄りの支店で手続きを行ってください。（年会費500円、印鑑が必要です）

## しめ縄教室

12月3日に構造改善センターと中央支店で、12月8日は中央支店でしめ縄教室を開催いたしました。今年は、50名の方が参加してくれました。植田支部の女性部員の方を講師に、参加者は慣れない手つきで悪戦苦闘しながらも自分のしめ縄とリースを完成させ、新年の準備をする事ができました。毎年多数の方が参加する大人気の講座です。完成品の販売（要予約）もいたしました。



## 寄せ植え教室

12月11日に老津の菜っ花園ハウスで寄せ植え教室を開催いたしました。菜っ花園の中村さんに指導をしていただき、アドバイスを受けながら鉢と花を選び、個人個人の感性で花を植えていきました。白色・ピンク系を基調にする人、赤色・黄色と鮮やかにする人、いろいろな完成品ができて皆で見比べて楽しんでいました。今年は22名の方の参加があり、こちらも毎回人気の教室です。鮮やかなお正月らしい寄せ植えを作る事ができ、参加者はとても嬉しそうでした。可愛い「苔玉シクラメン」も作らせていただきました。



## アレンジフラワー教室

12月25日にJA豊橋花き集出荷場でお正月用のアレンジフラワー教室を開催いたしました。H&Kフラワーの方に指導をしていただき、アドバイスを受けながらお花をオアシスに生けていきました。受付を10時30分～13時30分の間にしてもらい、終わった方から終了とさせていただきます。26名と多くの方の参加があり、こちらも毎回人気の教室です。完成が各自で違い、最後には皆の作品と比べて楽しみました。ミニサイズの完成品の販売もありました。



## 親子アレンジフラワー教室

12月28日に道の駅とよはし「tomateトマッテ」で親子アレンジフラワー教室を開催いたしました。1部と2部の2回開催して計13組28名の方達が参加してくれました。当JAの花き課とコラボで開催し、女性職員が講師となり、豊橋の農家の方が出荷したばかりの新鮮なお花をアドバイスを受けながらオアシスに生けていき、親子で2個作りしました。同じ種類のお花を使っても完成が各自で違いますが、花の種類や色がいろいろとありとても可愛らしくできました。

