

# 江東区東雲住宅 料理教室

日時：平成26年4月21日  
内容：高血圧を防ぐための食事づくりのポイント  
調理実習  
場所：江東区 グランチャ東雲 IH調理室  
参加者：15名  
講師：富田（管理栄養士）、阿部統括長（介護福祉士）



調理実習の風景

## 【調理実習メニュー】



【こいのぼりのちらしずし】



【かしわ餅】

## 【主なご意見】

- いつもひとりで作っているので、皆さまと料理ができて楽しかったです。
- また、このような機会があれば参加させて下さい。
- 家に帰ったら、また、作ってみたいです。かしわ餅をレンジで作れるのがとても楽しかったです。
- こいのぼりのちらし寿司というアイデアがすてきでした、このような創作料理ははじめてでした。
- 久しぶりに料理をすることが出来て、とても満足しました。  
こいのぼりを作って子供に帰ったようです。今度、田舎の孫たちに作ってやりたいと思います。

## 【アンケート結果】

- とても役に立つ、役に立つ 15名/15名

ケーブルTVの取材を受けました

取材者：東京ベイネットワークケーブルTV

視聴範囲：中央区、江東区（約24万世帯）

番組名：日刊ベイネット

放映日：4月24日（木）18：00、21：00、22：00

4月25日（金）8：00、13：00