

みやぎ食育コーディネーター

氏名	市町村名	登録番号
木村 和子 (きむら かずこ)	仙台市	1923

所属する団体や資格等	
食育指導士	
活動内容 (①講話 ②料理教室・調理実習 ③エプロン着脱・紙芝居 ④イベント・講習会等企画 ⑤指導・相談 ⑥イベント補助・手伝い ⑦体験・見学受入 ⑧その他)	
1 : 朝ごはんの大切さ (朝ごはんを食べるというあたりまえの生活習慣が身についていない子どもについて, 朝ごはんをきちんと摂って欲しい), 野菜・お米について 2 : みそ作り (みその料理), 保存食作り (生食のメニューと保存の仕方), 行事食・郷土料理を日常の食卓に取り入れる	
食育活動実績	
○望ましい食事の摂り方「食事バランスガイド」のお話と調理 ○「野菜 350g を上手に摂りましょう」のお話と調理 ○行事食のいわれとおせち料理	
一言PR	
☆地域の旬の食材を使って, 行事食・郷土料理・保存食を学習し, 簡単に楽しく作りたい。	
活動地域	希望対象
居住市町村内	幼児, 小学生, 成人
活動可能日	
その他 (特にありません)	
その他	

150220 更新

