

【ちゃんととの心得】

- 私たちは、身近な食育の指針として「ちゃんととの心得」を発信します。
- 一、環境について「ちゃんと」考えよう。
  - 一、素材について「ちゃんと」考えよう。
  - 一、添加物について「ちゃんと」考えよう。
  - 一、「もったいない」について「ちゃんと」考えよう。
  - 一、衣・食・住、すべての安心・安全を「ちゃんと」考えよう。
  - 一、ちゃんとは大変だから「ちゃんと」で結構。

私たちは『ちゃんと食育サポーターズ』。  
食育を通じて、あなたの毎日を応援します。

食育って、そんなに難しいことはありません。昔から伝わる日本の知恵を現代流に変え、暮らしやしつけなど日常生活に取り入れればいいだけのこと。私たちは、そんな大阪スローフード協会の「食育」に共感。あなたの毎日を応援したい、と思っています。

- |                |                |                 |
|----------------|----------------|-----------------|
| ●伊那食品工業(株)     | ●山崎製パン(株)      | ●旭松食品(株)        |
| ●日清オイリオグループ(株) | ●(株)中島大祥堂      | ●(株)天塩          |
| ●ロート製薬(株)      | ●スタジオ・ドレッセ     | ●(株)G-7 アグリジャパン |
| ●六甲バター(株)      | ●大起水産(株)       | ●スポーツクラブNAS(株)  |
| ●(株)クリオ        | ●(株)光洋         | ●ニチニチ製薬(株)      |
| ●イズミヤ(株)       | ●サラヤ(株)        | ●(株)オージースポーツ    |
| ●(株)上野忠        | ●(株)ダイエー       | ●(株)ニッタバイオラボ    |
| ●(公社)大阪府栄養士会   | ●(株)柿の葉すし本舗たなか | ●長崎県しいたけ振興対策協議会 |
| ●寿精版印刷(株)      | ●ヤマモリ(株)       |                 |
| ●アサヒビール(株)     | ●東神電気(株)       |                 |
- (順不同)

「ちゃんとフレンズ」  
募集中!! 登録・会費無料

企画・製作・発行 / 大阪スローフード協会  
協力 / 大阪食育連絡会議  
(公社)大阪府栄養士会・大阪スローフード協会  
ホームページ: <http://osaka-sfa.jp>  
事務局電話: 06(6365)8631

「ちゃんと」の著作権は、大阪スローフード協会に属します。記事やイラスト、写真などの無断使用・複写(コピー)・転載を禁じます。

# ちゃんと®

39



## みなさん、「米油」に注目ですよー!

最近、「油」が見直されているようで。でも、まだまだ「ダイエットに悪い」とか、「コレステロールが」など、マイナスイメージでしょうか。実は、「油」はヘルシーに生きていくうえで重要な役割を果たしている、ということがわかってきました。中でも注目なのが「米油」。日本はお米の国だから原料から国産でつくれるのも安心です。ほかにも体にいいことがいろいろあるみたい。そんな米油のパワー、ちょっと見ていきましょう。

## 大阪スローフード協会の「食育」活動

大阪スローフード協会では体験型のさまざまな食育活動を催しています。ご参加のことなど詳しくはホームページをご覧ください。 <http://osaka-sfa.jp>

### 芦屋市立精道小学校で今年もお茶授業

今年度は5年生105名に「お茶授業」を開催しました。26年から始めて5回目、しっかり定着して「楽しみにしていた」と言われて嬉しい限りです。

- 日時:平成30年9月13日(火)
- 講師: 株式会社製茶本舗 代表取締役 谷本 順一氏(茶鑑定士六段)



谷本氏よりお茶の歴史などをしっかり聞き、所作も自然と、両手を添えて大切に「お茶をいただく」姿に、私たちも感激しました。

### 芦屋市立山手小学校で、初めのお茶講座

子供たちにお茶を教えて8年、先生方から、「私たちにも教えていただきたい」、「大人が子供たちに教えるための正しいお茶」をとの目的で、初めて開催いたしました。参加者45名、いい勉強会になりました。

- 日時:平成30年10月12日(金)
- 講師: 株式会社製茶本舗 代表取締役 谷本 順一氏



スライドを使ってお茶の歴史、真剣に聞いていました。おいしいお茶の淹れ方で、おいしいお茶を淹れました。

### イオン×ハグミュージアム(大阪ガス)×大阪スローフード協会コラボ健康家族の「からだの学校」開校 第1回 骨活編

- 骨づくりと骨貯金セミナー
- 簡単、便利、おいしい健骨料理の極意を学ぶ! プロから学ぶ楽しい勉強会です!

講師: 管理栄養士 橋本 通子  
日時: 平成30年11月18日(日) 10:30~13:30  
会場: 大阪ガス hu+g MUSEUM (ハグミュージアム) 大阪市西区千代崎3丁目南2番59号  
参加費: 大人1,000円 ご家族1名につき800円



対象: 大人のみ(高校生以上の家族)  
定員: 50名(先着順)  
主催: 大阪スローフード協会  
協力: イオン大阪ドームシティ店/大阪ガス hu+g MUSEUM  
協賛: 旭松食品(株)・中村屋(株)・マルコム(株)



- 四川風ピザ・ピリカラコロッケ・粉豆腐のタラモサラダ
- ほうれん草と大豆のお肉のごまよこし

●お申込み・お問合せは 大阪スローフード協会  
ホームページ: <http://osaka-sfa.jp>

### これからのイベント開催予定

●11月から新企画「ジャムに恋して」が始まります。大岩 旺彦子(おおいわ ゆみこ)先生のジャムづくりとアレンジ料理!

11月16日(金)  
場所: 阪急オアシス 千里中央店1F キッチンスタジオ  
参加費: 3,000円(ジャム)  
オレンジシナモンマーマレード(作ったジャムの一部はお持ち帰りです)



次の予定 場所: 阪急オアシス甲陽園店

●「そうだったんだ! コラーゲン」セミナー開催 美容と健康の両方をケアしたい方に!

11月23日(金・祝)  
時間: 10:30~12:00  
場所: NASなんばパークス店 スタジオ1  
定員: 25名(先着順)  
参加費: 無料  
講師: 株式会社ニッタバイオラボ 代表 小田 義高 管理栄養士 辻 庸子

事務局電話: 06(6365)8631