ちょっとちゃんと旬を食べよっ！—— 大阪スローフード協会の食育情報紙

こちゃんと®

【こちゃんとの心得】

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

私たちは『こ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ではありません。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㈱
- 日清オイリオグループ㈱
- ロート製薬㈱
- 六甲バター㈱
- ㈱クリオ
- イズミヤ㈱
- ㈱上野忠
- ㈱神宗
- ㈱ダイエー
- ㈱柿の葉すし本舗たなか
- ㈱光洋
- サラヤ㈱
- 山崎製パン㈱
- ㈱中島大祥堂
- スタジオ・ドレッセ
- 大起水産㈱
- 寿精版印刷㈱
- アサヒビール㈱
- 東神電気㈱
- 旭松食品㈱
- ㈱天塩
- ㈱G-7 アグリジャパン
- スポーツクラブNAS ㈱
- ニチニチ製薬㈱
- 長崎県しいたけ振興対策協議会
- ㈱ダイエー
- ㈱柿の葉すし本舗たなか
- ヤマモリ㈱

（順不同）

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

「こちゃんとフレンズ」募集中!! 登録・会費無料

詳しくは左記ホームページ、もしくは事務局まで

※「こちゃんとフレンズ」は、大阪スローフード協会の会員ではありません。あらかじめご了承ください。

「こちゃんと」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。

36 世界の「しいたけ」。

日本だけではなく、東南アジアの高山地帯やニュージーランドにも自生しているといわれるしいたけ。中国や台湾、韓国でも食用として栽培されている人気のキノコです。独特の旨味が、料理に深い味わいをもたらします。このしいたけ、実は、英語では「shiitake」、フランス語でも「la shiitake」といい、「sushi」や「dashi」などのように日本語のまま使われている国際派。世界の「しいたけ」なのです。今回は、冬の鍋物にも活躍する、そんなしいたけのお話です。

大阪スローフード協会「食育」活動レポート！

大阪スローフード協会では体験型の様々な親子食育活動を催しています。詳しくはホームページをご覧ください。http://osaka-sfa.jp

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
好評につき第４弾 **第9回スマートレッスン**

会場：大阪ガスhu+gMUSEUM(ハグミュージアム) 4F

“年末年始のパーティメニュー” 新しい食べ方 自由自在のわが家の味。

平成29年12月４日(月) 協賛：東海漬物㈱

今回の大阪ガスミニセミナーは、「プロから学ぶテーブルカラーコーデ術」、講師に横江喜美子氏。暖かいカラーのお話と、おしゃれな「箸袋」を、クリスマスとお正月用にと作ってみました。

次に、東海漬物㈱漬物機能研究所の小野氏の「発酵パワーと漬物」の講義は、たいへん為になりました。お料理は今川れい子先生の「年末年始のパーティメニュー」を作りました。ローストチキン、スープ、ディップ、クリスマスサラダ、簡単で美味しかったです。

カラーコーデ術とおしゃれで簡単に作れる「箸袋」、クリスマスとお正月用。

お土産の「熟ぬか床1.2kg」を使って、おいしいぬか漬けの作り方を実演していただきました。

出来上がり！ 本日のランチです。

割り当てのお料理作りに参加者の皆様、一生懸命作りました。

楽しそうにお食事して、お土産の1.2kgのぬか床を「重い！でも嬉しい！」と笑って帰られました。

平成30年 イベント開催予定

大阪フローフード協会では、来年度も色々な食育イベントを企画中です。ホームページや「こちゃんと」等でもお知らせいたしますので、皆さまのご参加をお待ちしております。

- 第10回 スマートレッスン
- NHK文化センター 味のものさしシリーズ
- 芦屋市立精道小学校 お漬物授業

平成29年７月14日のお漬物授業の様子

- 芦屋市立精道小学校 お茶授業
- 春休み親子食育講座
- 夏休み親子食育講座
- スポーツ食育講座
- 立寄り食育講座
- フルーツカービング講座

平成29年12月５日の第２回フルーツカービング講座作品

●お問い合わせは 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