



妊婦さん 乳幼児子育て向け！災害時 ママ・パパの心構えセミナー

2月16日 北地域活動委員会(大阪市) 北区民センター 参加61名(うち子ども13名)



「ママと赤ちゃんを守るいしのまき流5つの出産準備」や避難生活をする上で知っておくと便利な身近なものを使ったグッズの作り方など



大阪府助産師会 助産師 小路 三千代さん

災害時にも赤ちゃんが産まれそうになったり困ったことがあったら「助けてください！」と言える力(受援力)をつけてください。普段から風呂敷を1枚かばんに入れておくと、このように抱っこひもにもなるし何かと便利です。



大阪市北区 社会福祉協議会 軸丸 政代さん



大阪府立大学 教授 田間 泰子さん



ホームページではもう少し詳しく掲載しています。そちらもご覧ください
https://www.palcoop.or.jp/blog/chiiki_katsudou/2019/04/saigaiseminar.html

くらし
 平和 環境 食

組員活動のコーナー



こめ油の秘密を探る学習会

2月15日 寺方南・三郷合同パル委員会(守口市) 参加38名



こめ油のヒミツについてたっぷり学ぼうと思い、築野食品工業の柿本さんにお越しいただきました。

「こめ油」と聞くと白米からできた油と思われるがちですが、実は玄米を精米した時に出る、米ヌカからできるそう。玄米100キロからこめ油は1キロほどしかできないとのこと。そんな貴重な油ですが、抗酸化成分が豊富なため繰り返し使えるので経済的。使用した油は、油かすを取り除き常温、暗所に保管、差し油を効率的にすることで油が長持ちします。



ご飯2合に、小さじ1/2の「こめ油」を入れて炊くと、ご飯がつやつやホクホクに。このお米ならチャーハンもパラパラにできる



こめ油と市販の油を加熱して匂い比べ。

学習のあとは、こめ油を少し入れて炊いたご飯や、エビフライ・コロッケを参加者の皆さんで調理。サラダには、こめ油で作ったドレッシングをかけて試食しました。

参加された方からは、「こめ油に興味があったので、とても勉強になりました」などの声がありました。

こめ油 1500g×3
企画回：5月3回



枚方合同地域活動委員会 出展 第11回 ひらかた食育カーニバル

3月3日 ラポールひらかた 来場者のべ6,295名



枚方市民に食育を広めるための一環として「今考えよう、食のありがたさ・大切さ」をテーマに、協賛したくずは・天の川・みなみ・枚方中央・枚方香里・枚方公園・やまだ・星ヶ丘・ながお・牧野・さだ地域活動委員会は「楽しく食育」と心もニコニコと題して、心と体を育てる食育をわかりやすく伝えました。

会場内にパルcoopのお店を再現し、家族と一緒にメニューのカレーやハンバーグの材料を揃えてお買物。ハンバーグやカレーと一緒に3分クッキング、食材についての栄養・旬・特徴などを学び、食卓を囲んで今日会った出来事などをワイワイお話ししながら、家族みんな笑顔で「心が



先輩ママに何でも聞いてね！

感想

- 昔は普通にしていた家族団らんで、いいことがたくさんあったと分かりました
- お買物が楽しかった♪



委員さん手作りのキッチンセット



奥本製粉(株)見学

2月28日 天王寺地域活動委員会(大阪市) 参加10名

CO・OPスパゲッティ (チャックシール付き) 1.5mm 1kg
企画回：5月3回



原料の小麦は用途に応じて種類があります。パスタ独特の琥珀色は「デュラム小麦」によるもの



「CO・OPスパゲッティ」でお馴染みの奥本製粉(株)に見学に行きました。バスに乗り、貝塚市で高速道路を下りて会社付近で、原料の小麦を保管している大きなサイロが見えました。

工場では谷口さんより、パスタの原料である小麦の現状や安心・安全のとらえ、賞味期限が3年なので保存食にもなると聞きました。

製造見学では、ちょうどこの日CO・OPスパゲッティを製造していました。製造にはスパゲッティは8時間、マカロニは5時間かかるそう。工場は24時間稼働し、機械化されていました。また、乾燥工程があるためとても暖かかったです。夏場は高温になり大変な作業だと安易に想像が



谷口さん
「CO・OPスパゲッティ」でお馴染みの奥本製粉(株)に見学に行きました。バスに

パスタが絞り出される「金型」の見本を手にとってみる事ができました



つききました。

参加者からは、「いつも食べているスパゲッティが奥本製粉の商品と分かれ、製造工程も間近で見学できてよかった」「衛生面の管理がゆき届いていて安心して購入できると思った」という声がありました。