



12月ワークショップのお知らせ



今回のテーマは...

「おかあさんやすめ」...介護の場でも災害時にも強い味方 「パッククッキング」のすごさを知ろう!

かつて食と排泄を同時に考える「タベダス」という画期的な雑誌がありました。今回のワークショップは、この雑誌の編集人をご夫婦でつとめていらっしゃる松井省吾さんが講師です。

松井さんの奥さん、山崎幸代さんは、この雑誌を発行する傍ら、ご家庭にある炊飯器や電気ポットを使った真空調理「パッククッキング」を編み出しました。少量の材料でも煮物や汁物が同時に、安全に調理できて、しかも美味しい！また、コンロなどにずっとはりついている必要がないので、時短にもなるし、猛暑の夏には身体にも優しい調理方法です。

第5回の市民公開講座でこの「パッククッキング」で、会場でカレーや焼そばをまたたく間に作ってしまった山崎さんを覚えている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。残念ながら、山崎さんは昨年亡くなりましたが、相棒である、ご主人の松井さんがその後もこの調理法の普及に「パッククッキング男子部」としてご活躍。特にこの調理方法は、災害時に少ない水で、限られた材料でも、非常にバラエティに富んだメニューを作ることができることが、昨年3・11以降見直されています。ぜひ、この機会にマスターして日常に活用してみましよう！

【日時・場所】

12月15日(土) 13時半～16時半

名古屋大学医学部 1号館地下会議室 (裏面地図参照)

講師：松井省吾さん (パッククッキング倶楽部防災部会)



当日は、パッククッキングの実習を行います。材料の実費が必要となります。

事前の参加申し込みをお願いいたします。