

◆総会

月 日	事業名	場 所	概 要	参加
4月21日	大北支部総会	大町合庁		18人
5月18日	長野県定期総会	松本合庁		3人

◆大会

8月24日	第42回長野県食生活改善推進大会	飯田市		9人
10月 8日	第42回大北交歓会	松川村		21人

◆支部研修会（はつらつヘルスマイト講座ほか）

6月 9日	第1回	大町合庁	調理実習「野菜たっぷりメニュー・親子の料理教室」	
7月 7日	第2回	大町合庁	調理実習「凍り豆腐と牛乳・乳製品を使って」	
8月10日	第3回	大町合庁	調理実習「家庭ですすめる高齢者のための食事」	
9月 8日	第4回	大町合庁	調理実習「糖尿病予防のための食事」	
2月12日	エコクッキング講座	大町合庁	調理実習	

◆支部理事会 年8回

◆役員会 年4回

◆学習会、講習会

6月21日	一日研修会	軽井沢町	食品工場視察、交流会	29人
7月23日	伝達講習会	多目的調理室	テーマ：カルシウムたっぷりメニュー、野菜たっぷりメニュー 黒部ダムカレー、こやコロッケ、豚肉と芋のあけぼの焼き 野菜のマリネ、ミルクもち	22人
9月10日	伝達講習会	多目的調理室	テーマ：家庭ですすめる高齢者のための食事&糖尿病予防のための食事 トマトチーズうどん、さわやかヨーグルトサラダ、めかぶの梅和え	17人
11月19日	健康増進プロジェクト事業①	多目的調理室	糖尿病予防① 白ご飯、カブの味噌汁、豚肉とピーマンのオイスターソース、 里芋ときのこの煮物、おひたしのごまかけ	16人
12月16日	健康増進プロジェクト事業②	多目的調理室	糖尿病予防② 白ご飯、たらのトマト煮、きのこのバター炒め、 ひじきのサラダ	24人
1月20日	伝達講習会	多目的調理室	テーマ：凍り豆腐を使ったメニュー 白ご飯、凍り豆腐チャンプルー、凍り豆腐のふわふわスープ、 かぼちゃの茶巾しぼり	24人
	認知症サポーター養成講座	役場会議室		

◆地区活動等

8月 5日	健茶会との交流会	佐野公民館	ナスのチーズ丼、なめたま汁、豚肉とキャベツのポタン蒸し、 赤飯ときゅうり・錦糸卵の酢の物、漬物、果物	5人 住民14人
8月23日	JA大北女性部デイサービス	飯田公民館	きゅうりとうなぎの混ぜ寿司、夕顔とそうめんのお吸い物、 カレー味のアスパラガス肉巻き、きのこのことツナの炒め物、もちもち大根	9人 住民24人
9月24日	婦人会料理講習会	多目的調理室	トマトチーズうどん、こやコロッケ、 きのこのわかめの炒め物、かぼちゃのおだんす	18人
10月 5日	料理講習会試作	八方文化会館	きのこの炊き込みご飯、ほうれん草とえのきのかき玉汁、 ニジマスの揚げ浸し、干し柿の二色巻き	
10月25日	男性のための料理教室	佐野公民館	炊き込みご飯、なめたま汁、豚肉のアップルソースかけ、 大根とツナのサラダ、白菜の漬物、大根と大根葉の漬物、いちごゼリー	4人 住民5人
11月13日	料理講習会試作	新田公民館	さつまいもの炊き込みピラフ、秋野菜のすいとん、 ブロッコリーとイカの塩炒め、コーン入りコールスローサラダ、 ブルーベリー入りそばようかん	6人
11月21日	親子の料理教室	新田公民館	さつまいもの炊き込みピラフ、秋野菜のすいとん、ミートローフ、 アップルパイ	7人 住民18人

◆公民館事業(委託事業)

5月26日	健康おばちゃん料理教室 担当:白馬町	多目的調理室	紫米のライスサラダ、新玉ねぎと豚肉のしょうゆ酢和え、 鶏肉と水菜の辛味煮込み、きくらげのきんぴら、しょうゆ寒天 野沢菜の油炒め	受講者 15人
6月15日	佐野	多目的調理室	炊きおこわ、竹の子のサバ缶汁、白菜のコールスロー、 大根と豆腐のグラタン、たけのここんにゃくのおかかまぶし	
7月 6日	深空	多目的調理室	たらご飯、白魚の卵とじ、鶏つくねの照り焼き、 凍り豆腐の五目牛乳炒め、もやしとにらの塩昆布和え	
9月14日	飯田	多目的調理室	きゅうりとうなぎの混ぜ寿司、夕顔とそうめんのお吸い物、 カレー味のアスパラガス肉巻き、きのこツナの炒め物、 もちもち大根、きゅうりの佃煮	
10月13日	乾燥野菜料理 新田	多目的調理室	混ぜご飯、寒干し大根の煮物、干しかぼちゃのマヨネーズ和え、 ぜんまいのクルミ和え	受講者 13人
10月20日	八方・八方口	多目的調理室	きのこの炊き込みご飯、ほうれん草とえのきのかき玉汁、 ニジマスの揚げ浸し、干し柿の二色巻き	
11月17日	新田	多目的調理室	さつまいもの炊き込みピラフ、秋野菜のすいとん、 ブロッコリーとイカの塩炒め、コーン入りコールスローサラダ、 ブルーベリー入りそばようかん	

◆行政への協力事業

6月 1日	郷土食を つくろう①	多目的調理室	そばのガレット、そばの薄焼き 担当:佐野	9人
7月14日 7月28日	七夕弁当	多目的調理室	担当:新田 担当:飯田	30食 50食
8月31日 9月15日	長寿弁当	多目的調理室	担当:深空 担当:白馬町	
9月16日	なかよし広場	支援ルーム 多目的調理室	運動会での豚汁ふるまい 担当:深空	親子 約30組
10月27日	郷土食を つくろう②	多目的調理室	豆腐とツナの炊き込みごはん、夕顔とそうめんのお吸い物、めかぶの梅和え 担当:飯田	5人 会員4人
11月17日 11月30日	十日夜弁当	多目的調理室	担当:八方・八方口 担当:佐野	
11月18日	なかよし広場	支援ルーム 多目的調理室	おやきを食べよう 担当:八方・八方口	親子26組 会員5人
11月26日	脱メタボ教室 試食料理づくり	多目的調理室	かぼちゃとお豆のコロコロミルクスープ、鮭のちゃんちゃん焼き、 ひじきとほうれん草の白和え	15食
12月 1日	郷土食を つくろう③	多目的調理室	おやきづくり 担当:白馬町	8人 会員5人
1月13日	なかよし広場	支援ルーム 多目的調理室	やしょうまを食べよう 担当:役員	親子12組 会員5人

◆その他

10月 5日	民生委員との ふれあい弁当試食会	役場	ちらし風彩りご飯、鮭のちゃんちゃん焼き、凍り豆腐の牛乳五目炒め、 わかめともやしの和えもの、かぼちゃとさつまいもの茶巾 うさぎりんご添え	
11月 4日 ～7日	文化祭	ウイング21	展示発表準備、片付け 展示発表「食改活動紹介」	
11月11日		長野合庁	8020長野県民推進大会	
11月29日 (10・11月)	1日農家レストラン 打合せ・準備・提供	庄屋まるはち 他	にじますのすずめ焼き、大根かき、里いものとも和え、 しょうゆ寒天、かぼちゃのおだんす	役員 他
12月 5日		大町市平公民館	食育フォーラム	