

料理で健康 関心高め

弘前・Dr.中路の健康ひろば

プロがメニュー実演、好評

料理を楽しみながら健康について理解を深める「Dr.中路の健康ひろば」が13日、弘



ヘルシーメニューを紹介する弘前フランス料理研究会初代会長の山崎さん

前市のヒロロで開かれた。参加者たちは、プロが作るフランス料理の技を学び、健康について関心を高めた。

「Dr. 中路の健康ひろば」は弘前大学C

OI研究推進機構、ベネッセコーポレーション

ン・ベネッセスタイルケア、ウェバランスが実施。市民の健康意識の向上と地域活性化につなげようと、親子で楽しむことのできる内容とした。

弘前フランス料理研究会初代会長の山崎隆

さんによるヘルシーランチ講座では、リン

ゴやダイコン、鶏肉などを使った家庭でも作ることができるヘルシーメニューを実演し、好評を得た。イベント中には同研究会が健康宣言し、弘大の中路重之特任教授から認定を受けた。

山崎さんは「世界的に見れば、ベジタリアンやビーガンといった人たちに提供するヘルシーにこだわった料理もある。短命県返上に

貢献していきたい」と語り、健康宣言をきっかけに、レストラン山崎など同研究会に加盟する市内三つのフランス料理店でヘルシーメニューも提供していく考えを示した。

会場では中路特任教授による健康クイズやNHKEテレ「にほんごであそぼ」でおなじみのおおたか静流さんによるライブも行われた。(成田真由美)