

年 組 名前：

配食30年の味 レシピに

甲府・食事サービスをすすめる会作成



定番メニューの作り方を紹介しているレシピ本

活動終了「家庭で作って」

食事が難しい高齢者らに手作り弁当を届けているボランティア団体「甲府・食事サービスをすすめる会」は、本年度末で配食を終えるのを前に、定番メニューの作り方をまとめたレシピ本を作成した。発足以来30年余りの間、ボランティアが作り続けたおかずは、栄養バランスを大切にしたい「家庭の味」が好評で、メンバーは「毎日の献立の参考にしたい」と話している。

〈杉原みずき〉

会は1992年5月に発足。週に3回、1食500円の弁当を市内の高齢者らに届けていて、現在は87人が利用している。メンバーの高齢化に伴い、調理や配送などをする人手の確保が難しくなり、来年3月で配食を終える。弁当は主菜1品と副菜3品が定番。健康に配慮し、塩分を控えるために味付けしている。利用者から、味や食材の硬さなどについて寄せられた意見はメンバーで共有し、改善を図ってきたという。レシピ本は20周年記念で作った本の改訂版で、利用者から好評だった主菜と副菜を各30品ずつ掲載。チャプチェや「かじき鮭のチーズはさみ揚げ」、カップケーキ、ジャーマンポテト、白玉団子などの作り方を紹介している。配食で作る約100人分用のレシピから、栄養士が中心となり、家庭向けに2人分の分量を算出。料理ごとに塩分量とカロリーも記載した。基本的なだしの取り方も載せている。



クリスマス用のカップケーキを作るボランティア
＝甲府・旧穴切小

(2024年12月23日付 山梨日日新聞16面)

問1

「甲府・食事サービスをすすめる会」は、だれに対して手作り弁当を届けている団体ですか。

.....

問2

会は2025年3月で、配食を終了します。その理由を教えてください。

.....

問3

レシピ本には、どのような料理の作り方が紹介されていますか。

.....