

佳作【メール部門】

お ぜ き と も ひ ろ
尾 関 智 洋 様



自分自身の食に関する目標(食のみらい宣言)

苦手な料理に挑戦し健康的な食生活を目指すとともに料理を新たな趣味として楽しく続けていきます。

目標達成に向けた実践活動についてのコメント

この機会に料理に挑戦してみたことで自分でもできるんだと新たな自分に出会えた気持ちです。料理が出来た達成感と次は塩少なめにしようとか課題も見つかり楽しく続けてます。人に食べてもらう嬉しさも発見しました。