

第8回京都府  
食のみらい宣言・実践活動コンクール

特別賞

Oishiigohan1616 様

【自分自身の食に関する目標(食のみらい宣言)】

共働きで忙しくても、家族の笑顔あふれる彩り豊かな食卓を！



【目標達成に向けた実践活動についてのコメント】

週末にお肉の下味をつけたものやトマトソースなどを作りおき冷凍することで、時間のない平日でも出来たての手作りごはんが食べられるよう工夫しています。1歳の娘に家族で囲む食卓の幸せを感じてもらえるよう、これからも仕事と育児の両立を頑張ります！