

みやぎ食育コーディネーター

氏名	市町村名	登録番号
鈴木 美和子 (すずき みわこ)	大河原町	2109

所属する団体や資格等

仙南栄養士会地域活動部会（栄養士）、
飾り巻き寿司マスターインストラクター、ベジフルカッティングプロフェッショナル、
食育インストラクター、デコもちマイスター、ケアマネージャー

活動内容 (1 講話 2 料理教室・調理実習 3 エプロンシアター・紙芝居 4 イベント・講習会等企画
5 指導・相談 6 イベント補助・手伝い 7 体験・見学受入 8 その他)

2：飾り巻き寿司やフルーツのカッティング、米粉を使ったデコもち・野菜たっぷりのおやき作り。ハレの日や季節の行事に合わせてかわいいお寿司を巻き巻き。身近なフルーツをカットして食卓を華やかに魅せます。



2：「活動のテーマ」お米の消費拡大と地産地消の推進。
みやぎの美味しいお米やのりを使い巻き巻き。又、フルーツを食べやすくカットする方法を伝えながら、食べることの楽しさを伝えます。

食育活動実績

○市町村の公民館や学校での巻き寿司教室や河北 TBC カルチャー教室、仙台青葉カルチャー教室で開催。

一言P R

みやぎの美味しいお米でかわいいお寿司を巻き、身近なフルーツをきれいに食べやすくカットする方法を伝えながら食べることの大切さや楽しさを伝えます。ご一緒に楽しい食卓作りをしましょう。



活動地域	希望対象
宮城県内	小学生から大人までどなたでも。高齢者や親子也大歓迎
活動可能日	
土日はご相談に応じます	
その他	

