

## アンケートにご協力お願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

人参等は皮をおかずよく洗い調理できること。  
しょうゆスプレーにしてみようと思いました。

本日の講座でわからなかったこと、わかりづらかったことがあれば教えてください

食は毎日のことなのをヒともわかりやすく勉強になりました。こういう回を又お願いします。

ご協力ありがとうございました

## アンケートにご協力お願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

家族が糖尿病だったので、病院に栄養指導に行きました。  
当時のことを思い出しながら聞いていました。今は、自分のために  
知識を使わなくては... と思いました。

本日の講座でわからなかったこと、わかりづかったことがあれば教えてください

とてもわかりやすかったです。

あっという間の時間でした。ありがとうございました。

ご協力ありがとうございました

アンケートにご協力お願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

食に関する講話を聴く事が本来とても良かったです

お土産の貝殻等、冷凍野菜の仕方等

果物の取り扱いはいけないと分かりました。

今日から塩分ひかえめにしたいと思いました。

本日の講座でわからなかったこと、わかりづらかったことがあれば教えてください

又是非講話がまたほしいです。

今日は有難うございました。

ご協力ありがとうございました

アンケートにご協力お願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

1つの材料でワンハンドルの料理しか作らなかつたけど  
色々な使い方がありさっそくためてみようと思っ  
時間があれば1回分の材料を冷凍したいです

本日の講座でわからなかったこと、わかりづらかったことがあれば教えてください

ご協力ありがとうございました

アンケートにご協力お願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

- ・ 皆様いろいろ工夫した料理方法を見せているのが
- ・ 勉強になります
- ・ レッツの使い方も、これからやってみたいと見えます
- ・ 時短の料理にも勉強になりました

本日の講座でわからなかったこと、わかりづらかったことがあれば教えてください

ご協力ありがとうございました

アンケートにご協力お願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

ほうゆスプレーを初めて知りた。使ったと思っす。

本日の講座でわからなかったこと、わかりづらかったことがあれば教えてください

ご協力ありがとうございました

## アンケートにご協力お願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

- 。おかずのレポートがふえた、
- 。バナナは1日に1本ということが、わかりました。  
日頃は食べすぎていることが、チェックできました。

本日の講座でわからなかったこと、わかりづらかったことがあれば教えてください

- 。野菜の保存方法が勉強になりました。

ご協力ありがとうございました

## アンケートにご協力お願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

栄養の手、料理のレポート-<sup>書き加えて</sup>pptと良かったです。

本日の講座でわからなかったこと、わかりづらかったことがあれば教えてください

ご協力ありがとうございました



アンケートにご協力お願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

貝佐さん、減塩。湯かかない~~片~~が素材の味を  
楽しむことを心がけてみたいと思いました。  
ありがとうございました

本日の講座でわからなかったこと、わかりづらかったことがあれば教えてください

ご協力ありがとうございました

## アンケートにご協力をお願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

料理は工夫すれば結構面白い事かも知れない、

きらっていないで、機軸を戦にみたい。

テキストをゆっくり活用する。これから生きがいと主人の為にも

本日の講座でわからなかったこと、わかりづらかったことがあれば教えてください

ご協力ありがとうございました

アンケートにご協力をお願いします

本日の講座でわかったこと、印象に残ったことがあれば教えてください

とても良かったが 南く事のみで 子名の3か1を  
かかひります

本日の講座でわからなかったこと、わかりづかったことがあれば教えてください

ご協力ありがとうございました