

ひだかの魅力 再・発・見

今回の「ひだかの魅力再発見」は、令和4年6月に開設したクックパッド日高市公式キッチンに携わる、市管理栄養士の前澤有紀さんをご紹介します。

クックパッド日高市公式キッチン▶



クックパッド 日高市公式キッチン

市民の皆さんの健康づくりの助けに。
日高市公式キッチンが健康コミュニティーの
一つになってほしい。

市制施行30周年に当たり行っ
た「健康のまち」宣言に合わせ
て、料理レシピのコミュニティー
ウェブサイトであるクックパ
ッドに、日高市公式キッチンを
開設しました。現在のレシピの
掲載数は24で、これから順次増
やしていく予定です。

掲載する料理はさまざまな世
代の「健康」（健康で生き生き
と暮らすこと）につながる
ものを選んでいきます。減塩や



管理栄養士 前澤有紀さん



▲電子レンジで簡単！とうもろこし

減量のヒントになる「体をいた
わる」レシピ、妊娠中に必要な
栄養素がとれるレシピ、お子さ
んの「好き」を育むレシピ、親
子で料理を楽しめるレシピなど、
食生活を彩り、皆さんの健康に
つながるような内容を心掛けて
います。

今後は、掲載数を増やしてい
くことと合わせて、一つ一つの
レシピを発信するまでに多くの
人たちに関わっていただき、日
高市公式キッチンを自分のキッ
チンのように感じていただくこ
とが目標です。それが実現した
とき、このクックパッドが日高
市の健康コミュニティーの一つ
になると思っています。夢は大
きく持っていこうと思います。



日原羽琉ちゃん(0歳9か月)



篠田紬ちゃん(1歳1か月)



鈴木柚葉ちゃん(1歳2か月)

わが家の
愛撮る

お子さんの写真を掲載し
ませんか？電子申請で簡
単に投稿できます。➔

編集室

4月に入庁してから4か
月が経ちました。広報の仕
事は覚えることが多いです
が、少しずつできることが
増えてやりがいを実感でき
るようになってきました。

先日初めて一人で取材を
しました。少し緊張しまし
たが、市民の皆さんのご協
力のおかげで良い取材がで
きたと思います。早く一人
前になれるように頑張りま
す！

(I)

皆さんに
聞きました！

夏バテ防止対策は？

地域子育て支援センターくるみ
「1歳教室よちよち」
参加者の皆さん

