






栄養教諭部会 実技研修会 終了報告

テーマ	日本の伝統的食文化の理解	
日時	令和 2年 10月 16日(金)	
会場	北広島市中央公民館	
講師	玉木 康雄 氏 (肩書:日本茶インストラクター・日本茶アドバイザー専任講師)	
参加者	23名	
研修会 の 様子		札幌市内の日本茶専門店「玉翠園」の玉木康雄氏を講師にお招きし、日本の食文化である「お茶」の歴史や効能、美しい淹れ方について研修しました。
		講義の前に、低温で淹れたお茶をいただきましたが、普段飲んでいるお茶とは全く違い、お茶風味のだし汁のようで、参加者からは驚きの声が続出でした。
		実技を交えた講義では、ペットボトルのお茶のメリットやデメリット、お茶を淹れる際のお湯の温度によって、味や効能に大きな違いが生じることを知りました。
		また、飲む人の体調や食べ物によって、お湯の温度や茶葉の種類を選ぶこと、最後の一滴まで大切に淹れることなども学ぶことができました。
		今回の研修会で、これまで知らなかった「お茶」に関する様々な知識とともに、日本の食文化の奥深さに触れ、子どもたちにも伝えていきたいと改めて感じました。