

2017年10月25日(水)の午後(13:00~14:40/15:00~16:40)に、保健診療所地下1階オープンラボで、おしゃべりに野菜を楽しむイベント「#おしゃベジ Lesson」が開催されました!

講師に京都光華女子大学の今中 美栄先生、カメラマンに佐藤 浩さんをお迎えし、ハロウィン装飾がなされた会場で、学生、教職員合わせて15名の方と一緒にインスタ映えするグラスサラダを作りました。

当日の様子

今中先生が、野菜を食べることについて、栄養素だけでなく咀嚼の大切さ、食感や、彩りを楽しむことの大切さについて楽しく分かりやすく教えてくださいました。笑いが起こることもあり、参加者の方々も先生のお話に引き込まれ、聞き入っておられました。

手洗いの後、全員で盛り付けをしました。1人参加の方が多かったですが、今中先生や皆さんと楽しくお話ししながら、ワイワイとした雰囲気ですらダ作りをされていました。

ゲストカメラマンの佐藤さんからは、撮影のアドバイスをいただきました。更に「写真とは、撮影する人の感情が反映されるもの。写真を撮るという行為はフィジカルな動作であり、今回の企画はヘルシーキャンパスの3要素(フィジカル、メンタル、栄養)に通じるものになっているのだ」という深いお話も聞けましたよ。

テーブルコーディネート撮影スペースでは「これはすごいー!」という声上がり、皆さん何枚も写真を撮られていました。中には動画でグラスサラダを360°撮影されている方も。

最後はみんなでお楽しみの試食タイム。お好みのドレッシングをかけ、新鮮なお野菜の美味しさをゆっくりと味わいました。撮影した写真はほぼ全員がSNSへ投稿してくださいました!参加者の方からは「新しいことが学べてよかった」「もっと広めてほしい」などの嬉しいお言葉をいただきました。

