

親子料理教室 開催レポート

平成21年度群馬県

7月22日(水) (主催・会場 桐生市学校給食中央共同調理場)

テーマ 給食作り体験(調理員さんと力を合わせておいしい給食作り)



ナン、ドライカレー
マーボなす
中華サラダ、中華スープ
杏仁豆腐

体験を通し、調理場や給食についての理解・関心を深めていただくことをねらいに開催しました。

参加した保護者は、給食がどのように作られているかを確認することで、より安心感をもたれたようです。(指導: 斉藤容子 栄養士)



大きな鍋だなあ

8月17日(月) (主催・会場 沼田市立利根東小学校)

テーマ 「目によい食材」を使った一食分の献立



ヘルシー丼
パリパリサラダ、中華スープ
ブルーベリーのスムージー

学校保健委員会のテーマ『目をアイソウ』にちなんで実習の献立を決め、目によい栄養、ビタミンA、B群、C、E等の働きについてテキストに説明を加えました。

参加者は1~6年生と多彩でしたが、自分のできることを探して積極的に参加していました。

(指導: 根岸仁実 主幹栄養専門員)



ニンジこのせんきりは
むずかしかつたけど
かんはってせんぶ
切れました。楽しく
わりかてをまし
た。 3年生

8月20日(木) (主催: みなかみ町立新治小学校母親委員会 会場: 新治小学校)

テーマ 親子でのぞましい食事を意識して、見直そう



ヘルシー丼
パリパリサラダ
デリシャススープ
ミルクサワー、ごまだんご

野菜やきのこなど積極的に摂りたい食材を使い、簡単にできる料理を作りました。家庭での野菜料理の普及につながり親子のコミュニケーションの場にもなりました。

参加数が多く1テーブルが7~8人になり、手が空いてしまうことがあった点は次回検討したいです。

(指導: 本間ナラム 栄養教諭)



「家でもレシピを見ながら作り、父親に食べてもらい喜んでいました。」

(2年生保護者)