

親子料理教室 開催レポート

平成22年度 佐賀県

7月30日(金) (主催:鹿島市立学校給食センター 会場:鹿島市生涯学習センター・Eイブル)

テーマ 低学年でも料理できる簡単朝ごはんメニュー



だんごをこねたり、切りやすい果物を切ったりと子どもの出番を多くしてできるだけ子ども達が料理する場面を多くするよう工夫しました。調理員さんを各テーブルに配置し、質問に答えられるようにしたため、流れがスムーズでした。また児童・保護者・センター職員同士の交流を図ることもできました。楽しい雰囲気の中、朝食クイズやはしの持ち方コンテストを行いました。
(指導:山口伊津子 栄養教諭)

8月3日(火) (主催:佐賀市諸富学校給食センター 会場:諸富保健センター)

テーマ 地元の食材を使ってホームパーティをしよう

食生活推進委員の方から指導を受けて



ケーキ寿司
諸富産グリーンアスパラの
カッテ-ジチ-ズ 和え
わかめ汁
きらきらフルーツゼリー

親子で料理に親しむとともに「地元でとれる野菜に目を向け、家庭でも積極的に使ってもらおう」というねらいで実習しました。参加者の感想...「料理がもっと好きになりました。力を合わせたらこんなにおいしくなるなんてすごい!」(4年生)「身近な野菜でおいしくできたので家でもやってみたい」(保護者)



地域の食生活改善推進委員の方々の協力を得て、各班に入って支援していただいたのでゆとりを持った指導ができました。反省点として、共通理解を深めるための事前打ち合せの必要性を感じました。
(指導:百武裕美 栄養教諭)

8月19日(木) (主催・会場 有田町立有田中学校)

テーマ 朝ごはんの大切さ 旬の食品を知ろう

バランスの良い朝ごはんが大切です



うなぎごはん
冷汁そうめん
ゴーヤとスパムの炒め物
グレープフルーツジュレ

「朝食の重要性、旬の食品を知る食べ物大切さを知る料理を楽しく協力しながら作る」をねらいに行いました。夏野菜(ゴーヤ、おくら、大葉、みょうがなど)を工夫して調理し、苦手な野菜も調理の仕方でおいしく食べることが



できることを知らせました。基本的なだしのとおり方、野菜の上手な処理の仕方などを実習して料理に興味関心をもつことができ料理を作ろうという意欲につながったようです。(指導:西沢さやか 学校栄養職員)