

## 体験活動参加型＋講演会型（小学校）

学 校 名 等	神戸町立南平野小学校
実 施 日 時	平成28年8月1日、4日 9:00～13:00頃
会 場	神戸町保健センター
参 加 人 数	保護者34名 児童52名
学習課題（分野）	親子料理教室
運営者の願い	日常では、忙しくて親子一緒に料理をする時間をとることや、また大きくなるにつれて一緒に何かをするという機会が少なくなってるのでこのような場所と機会を利用してもらい夏休みの良い思い出になるとよい。また、家庭に戻ってから料理のお手伝いができ毎日の食事に関心、感謝の気持ちを持てると良い。
学 習 の 内 容	
<p>&lt; 食育講話 &gt;          栄養士さんから食育のお話を聞く。          食育は家庭から育てる。          肉、卵、野菜、果物、ミルク、魚、海藻、大豆製品などバランスよく取り入れること。          毎日、しっかり3食とること。          おやつを取りすぎには注意すること。          うす味習慣を心がけましょう。</p> <p>&lt; 各班対抗ゲーム &gt;          「この花は何の野菜でしょう？」当てをしました。</p> <p>&lt; 献立の説明 &gt;          調理の手順や注意点を聞く。</p> <p>&lt; 調理実習開始 &gt;          町食生活改善協議委員会会員の方に、調理のお手伝いやアドバイスをもらいながら進める。          班ごとに別れて親子で助けあいながら、4品完成させる。          調理時間は約1時間半          できたら、盛付けと配膳</p> <p>&lt; 試食 &gt;          参加者全員がそろって「いただきます」をしてからいただく。          親子や親同士が、料理の感想や反省などを語り合いながらいただく。</p> <p>&lt; 閉会 &gt;          食生活改善委員さんからお話をきく。</p> <p>&lt; アンケートより &gt;          親子で一緒に協力してでき楽しい時間でした。          うす味でもおいしく、家庭でもうす味を心がけたい。          家庭では作ったことのないメニューがあり、帰ってから作ってみたい。          学年の違う子供ともふれあえてよかった。          去年参加したときより、子供が上達していたのに気づいた。          また親子で参加したい。</p>	



家庭では親子でゆっくり料理をする場や機会がないとなかなかできない。夏休みの良い思い出作りになると良い。また、子供が毎日料理をするたいへんさが分かり感謝の気持ちを持てる。



自分だけで料理をしていると、味付けやメニューもかたよるので、改めて料理を見直す機会となる。今回は、うす味を心がける良い機会としてほしい。