

クッキング教室「ぼくとわたしのファーストクッキング」

目的

食べることは生きるための基礎であり、子どもの頃から自分自身で、食を選択する力や調理する力を身につけるため、家庭での食育の取り組みのきっかけづくりとする。

概要

日時 平成30年7月31日（火） 9:30～13:00
会場 網野保健センター
参加者 市内小学生 1～3年生 20名

活動内容

講話と調理実習

【講話】

- ・ そのまんま料理カードを使用し、カードでバイキング（4つの器）
- ・ ペープサートを使用し、なぜ食べなければいけないか
- ・ 「早ね早起き朝ごはんガイド」を使用し、朝ごはんの重要性について 等

【調理実習】

- ・ 自分でできる朝ごはんメニュー
実習内容 「ごはん、みそ汁、卵のココット」



MEMO

市内の小学校低学年を対象に、市で初めて実施した教室です。子ども達は楽しく取り組めた様で、「楽しかった」「また作りたい」との声が聞けました。

関係団体との連携

京丹後市 教育委員会 学校教育課

実施団体名

京丹後市 健康長寿福祉部 健康推進課