

おやこの食育教室

目的

- 子どもの食育は、心と身体のバランスのとれた人格形成に寄与するため、体験学習をとおして食育『5つの力』を養う
- 日頃知らない子どもの能力を見出し、親との「共食」の大切さを知ってもらう

概要

対象者：峰山町在住の小学生と保護者

参加者：小学1年生から5年生までの子どもと保護者 8組 19名

実施日：平成29年12月2日（土）

会場：峰山地域公民館

活動内容

1. 実習スケジュール

10:00～11:30 調理実習

11:30～12:15 試食

12:15～12:30 食育のお話「5つの力」について話す

～オリジナルスープに挑戦～した感想を話してもらう。また、参加者から実習の感想や試食の感想を話し合う。

12:30～13:10 後片付け

2. メニュー デコレーション寿司

照り焼きれんこんバーグ

きゅうりとトマトのサラダ

オリジナルスープ（味噌味、トマト味、牛乳味）



3. 料理教室講師 京丹後市食生活改善推進員協議会 峰山支部

MEMO

食育『5つの力』のうち「食べ物を選ぶ力」「食べ物の味がわかる力」をテーマにオリジナルスープ作りに挑戦した。

食材を自分で選び、好きな大きさに切りスープを作る。親も子どもも能力の高さに感心させられた。自分達で作った料理に満足の様子。親子の会話も増えた。

関係団体との連携

峰山地域公民館

実施団体名

京丹後市食生活改善推進員協議会 峰山支部