

2020年11月栖本分会の活動報告です。

<活動名> 「朝食の大切さを伝えるおやこ料理教室」

<日 時> R2年11月29日 9時～13時

<会 場> 天草東保健センター（栖本町福社会館）

<対象者> 3～6歳児とその保護者 5組（12人）

<内 容> ①今日の食材を当ててみましょう

②紙芝居「朝ごはんでもりもりげんき」

③調理実習

献立 ・そうめんチヂミ

・牛乳入り具だくさんみそ汁

・せん切りジャガイモバター焼き

<参加者の感想>

・朝ごはんの大切さも紙芝居で分かりやすく説明されて、子どもも頑張ってみていたので良かったと思います。

・とても貴重な体験をさせていただきありがとうございます。またお願いします。

・今回は参加できて良かったです。また参加したいです。料理、楽しいようで、良く手伝ってくれます。親機料理教室のお陰です。

・とても楽しい時間を過ごせました。季節を取り入れたメニューも今後良いのではないかと思います。

・だしをとることがなかなかないので勉強になりました。

・家でも一緒に作りたいです。食改さんが優しく指導していただき今日はありがとうございました。

<おやこ料理教室 風景写真>



箱の中の食材を、手の感覚
だけで当てるゲームです。
参加した子どもさんは全員
正解でした。



紙芝居「あさごはんでもりもりげんき」
みんなしっかり聞いてくれました。



野菜の皮むき。



保護者の方や食改さんの手を借りながら、上手に皮をむいていきます。



卵をまぜまぜ。こぼさないように上手にできました。



包丁だって、上手に使えます。



フライ返しを上手に使って両面こんがり焼いていきます。



やけどに気をつけて、チヂミを焼いていきます。味噌を溶いて、お味噌汁も出来上がりです。



お料理上手はお片付け上手でもあります



上手においしそうにできました。