

調理を通して生きる力を育てる！

「こども料理教室」の開催

- 鹿児島県食育協議会構成団体の鹿屋市では、平成25年度から調理を通して子どもの「生きる力」を育てることを目的として、子ども達だけで料理を作る調理実習を実施しています。
- 家庭での食育の取組に役立ててもらうために、保護者は子ども達が料理をする間、食育に関する講話を聞き、最後は、みんなで試食をします。食べることの喜びや作ることの大変さを感じ、食べ物・食べることの大切さを知ってもらうことにも、つながっています。

鹿児島県



【取組の内容】

- ・年に4回、季節ごとの開催(6月、8月、10月、1月)
- ・参加者：幼稚園・保育園5～6歳児、
小学1年～3年生とその保護者
- ・子ども達だけで調理(保護者は食育の講話を聴講し、「かのや食育サポーター」が実習を指導します。
- ・「親子ワイワイ旬菜レシピ」(平成24年度作成)に掲載されている料理を一品入れて、鹿屋の旬の食材を使った、主菜、副菜とご飯でバランスの取れた献立を調理します。



調理の様子



説明を聞く真剣な姿

参加者の感想

【取組の成果】

- ・子どもが食べることや食材に触れることに興味をもつきっかけになった。
- ・子どもの自立性を活かした教室で、真剣に料理に取り組んでいる様子に驚き嬉しかった。
- ・「楽しかった。また作りたい！」という言葉が聞けて、とても嬉しかった。どうしても手や口を挟んでしまうので、親子離れて行う調理実習は良いなと思いました。



みんなで「いただきます！」



鹿屋のピーマンを使った一汁三菜

* 教室の開催状況は市のホームページで紹介し、広く市民に周知しており、「こども料理教室」への参加希望者が年々増加している。