

事業名	「おや（親）？こども（子）クッキング」		
実施日	2018年7月30日（月）	関係機関 （団体）数	生活協同組合おかやまコープ 岡山西エリア のびのびプロジェクト（1団体）
実施時間	10:00～13:00	関係者数	5人
会場名	コープ大野辻 2階会議室	参加者数	30人

事業の実施内容

■夏休み企画として、親子でのクッキングを実施しました。

・親子で栄養のバランスを考えること、そして子どもだけでも調理ができるようになってもらいたいという意図をもってメニューや調理方法を工夫しました。

・おかやまコープの組合員講師の方から、「一日の食事のバランスについて」お話を30分してもらい、ワークシートを使って当日の食材を食べ物の働きごとにグループ分けする学習や野菜の切り方を学んだ後、火を使わなくても調理できるメニューとして、サラダうどんを親子で作ってみんなで交流しながら食べました。

・子どもたちからは、「料理が出来て楽しかった」「家でも作ってみたい」との感想が、そして大人からは、「すべて自分でやり遂げてやった感があった」「子どもが頑張っている姿をゆっくり見守るのも良いなと思った」といった感想が寄せられました。



①講師のお話



②ワークシートなどで学習



③いざ、クッキング！



④メニュー



⑤みんなで楽しく交流

以上