体験活動参加型（小学校）

学　校　名	垂井町立宮代小学校
実施日時	平成２６年６月２８日（土）９：３０～１３：００
会　　場	宮代小学校　音楽室・家庭科室
参加人数	親１８人（男　２人・女１６人）、子２５人
学習課題（分野）	親子調理教室（食育）
運営者の願い	親子で調理を楽しむことで、家庭での食生活を見直すとともに、親子のふれあいを深めたい。

学　習　の　内　容

１　あいさつ

食育エプロンシアター　「たっくんとムシバイキン」

（出演：PTA役員及び教員）

好き嫌いをなくすことやよく噛んで食べること、また、歯磨きの大切さについて親子一緒に楽しみながら学ぶことができた。

２　食育講話

（講師：町保健センター管理栄養士）

子どもが食生活推進員の方とともに調理の下ごしらえをする時間を使い、保護者が講話を聞いた。講師の方より、清涼飲料やスナック菓子の食べ過ぎの危険性や朝食の大切さについて話を聞いた。

３　調理実習　（講師：食生活推進員　15名）

「五平餅」と郷土料理「半兵衛汁」を親子で一緒に作った。

４　実食と食育紙芝居

楽しく食事をした後は、食生活推進員の方より絵本「オハシマン」の読み聞かせがあった。正しい箸の持ち方や使い方について教えていただき、親子で確かめ合った。

＜参加者の感想＞

・親子で楽しいひと時が過ごせました。町職員の方のお話から、清涼飲料には多量の糖分が含まれていることを知り改めて驚きました。

・夏休みにはお茶を飲ませるようにしたいです。食生活推進員の皆様、ありがとうございました。

・普段、煮干しからだし汁をとることがなく、今日は本当においしく栄養のある料理をいただきました。家庭でも、今日のレシピをぜひ実践したいと思います。エプロンシアターは校長先生がとっても上手に演技され、子どもたちもとてもよろこんでいました。また、来年もぜひ親子料理教室を開催していただきたいです。

食に対する関心を高めるために、親子対象に、エプロンシアターや紙芝居、親対象に管理栄養士の専門的な話と調理実習を挟んで３回の学びの場を設けた。

郷土料理を作ることで、郷土への愛着を深める一助となった。

▲五平餅と半兵衛汁

食生活推進員の方や町保健センター職員と連携することは、多様な活動を行うことができ、学びを深めることができる。また、食生活推進員の方の協力により、ＰＴＡ役員も子どもと一緒に調理を楽しむことができる。