

No. 29	平成30年度 「地域子育て活動支援事業」 実施の内容																					
団 体 名	岩手子育て親育て実行委員会																					
事 業 名	共に育てる生きる力～食を通じて学ぶ子育ての会～																					
実 施 期 間	平成30年9月～平成31年3月																					
事 業 実 績	<p>年間6回の料理教室を開催 場所：奥州市水沢地区センター 調理室</p> <table border="1" data-bbox="539 703 1358 1294"> <thead> <tr> <th>開催日</th> <th>参加者数</th> <th>講師及び内容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>H30. 9. 22</td> <td>10組 21人</td> <td>講師：高橋美佐子 氏（元保育士） 後藤美沙希 氏（栄養士） カレーとサラダ作り</td> </tr> <tr> <td>H30. 10. 21</td> <td>5組 10人</td> <td>講師2名：同上 三色野菜団子づくり</td> </tr> <tr> <td>H30. 11. 18</td> <td>10組 21人</td> <td>講師2名：同上 簡単に作れる雑穀料理</td> </tr> <tr> <td>H30. 12. 22</td> <td>9組 18人</td> <td>講師：後藤美沙希 氏（栄養士） カラフルパン料理</td> </tr> <tr> <td>H31. 1. 19</td> <td>7組 14人</td> <td>講師：後藤美沙希 氏（栄養士） 正月疲れを解消！活力回復料理</td> </tr> <tr> <td>H31. 2. 17</td> <td>6組 11人</td> <td>講師：後藤美沙希 氏（栄養士） いろどり ごはん作り</td> </tr> </tbody> </table>	開催日	参加者数	講師及び内容	H30. 9. 22	10組 21人	講師：高橋美佐子 氏（元保育士） 後藤美沙希 氏（栄養士） カレーとサラダ作り	H30. 10. 21	5組 10人	講師2名：同上 三色野菜団子づくり	H30. 11. 18	10組 21人	講師2名：同上 簡単に作れる雑穀料理	H30. 12. 22	9組 18人	講師：後藤美沙希 氏（栄養士） カラフルパン料理	H31. 1. 19	7組 14人	講師：後藤美沙希 氏（栄養士） 正月疲れを解消！活力回復料理	H31. 2. 17	6組 11人	講師：後藤美沙希 氏（栄養士） いろどり ごはん作り
開催日	参加者数	講師及び内容																				
H30. 9. 22	10組 21人	講師：高橋美佐子 氏（元保育士） 後藤美沙希 氏（栄養士） カレーとサラダ作り																				
H30. 10. 21	5組 10人	講師2名：同上 三色野菜団子づくり																				
H30. 11. 18	10組 21人	講師2名：同上 簡単に作れる雑穀料理																				
H30. 12. 22	9組 18人	講師：後藤美沙希 氏（栄養士） カラフルパン料理																				
H31. 1. 19	7組 14人	講師：後藤美沙希 氏（栄養士） 正月疲れを解消！活力回復料理																				
H31. 2. 17	6組 11人	講師：後藤美沙希 氏（栄養士） いろどり ごはん作り																				
実 施 効 果 自 己 評 価	<p>【事業の効果】 子供たちは実際に作ることで、自分に必要な食材を知り安心して安全な食事とは何かを体験することができた。 ・食べることの大切さ（食べることは生きること）を、講座を通して伝えることができた。 ・旬の野菜や地元の食材を取り入れることで、季節を感じたり、地域の文化にふれたり、自分にとって体に良い食材を意識しながら作ることができた。 ・食事する環境を整えることにより、生活習慣や家庭環境の乱れを整える効果も参加者の感想より感じられた。</p> <p>【自己評価】 ・日々忙しい中で、家族の健康も守りたいと考える母親たちにとって、栄養満点の手軽な料理作りは、とても需要があることが分かった。 ・実際に調理することで、食べ物への興味が湧くとともに、食材や作ってくれた人への感謝の気持ちが持てるようになり良かった。 ・栄養士の講座が好評だった。普段は聞くことのできない内容で、親からの質問などもあり、専門的な知識を持つ人からのアドバイスを求めていることが分かった。 ・親子で取り組むところを親が全部行ってしまう家庭もあったため、子供自身が取り組む工程も必要だと思う。</p>																					