



7月
28・29日

3年ぶりの開催 夏休み料理教室

小学4年生～6年生の児童を対象に、ひまわりの里で夏休み料理教室を開催しました。夏休み期間中は生活リズムが不規則になりやすく、朝ごはんを食べない子どもが増える傾向にあることから、「早寝・早起き・朝ごはん」の大切さを伝え、バランスのとれた朝ご飯の作り方を学ぶことと、食文化の継承・郷土料理の普及を目的として実施しています。今回の教室では、桂川町産の米と夏野菜が使用されており、桂川町の「ふるさとの味」を味わう機会にもなりました。普段やったことのない作業にとまどいながら、一生懸命料理をした子どもたちからは、「来年もまた参加したい」という声も聞かれました。

朝ごはんづくり



28日のメニュー
ごはん・みそ汁・
卵焼き・
夏野菜のトマト煮



桂川小学校栄養教諭の
牧草先生に「朝ごはん
の3つのはたらき」に
ついて教えていただき
ました。



子どもたちの感想

- ・「朝ごはんをたまに食べないことがあったので、これからは毎日食べようと思います。」
- ・「夏休みの間に、家族に作って食べさせたい」

桂川町の郷土料理づくり



29日のメニュー
九郎丸の地鶏館
おにぎり・だぶ



郷土料理について、桂
川町食生活改善推進会
の佐藤会長にお話を聞
きました。



子どもたちの感想

- ・「野菜を切る時が一番大変だったけど、おいしかったです。」
- ・「おにぎりがおいしくて、ほっぺたが落ちこちるかと思いました」