



加古川市小学校長会（加古川市立志方東小学校）

『1年生親子クッキング』

本校では、毎年1回、1年生が1年生親子クッキングを実施します。12月2日(月)に今年度も実施しました。

健康ひょうご21県民運動参画団体であるいづみ会の皆さんを講師としてお招きし、保護者の皆さんにも協力願い、1年生の楽しい食育体験活動になりました。メニューは「コロコロサラダ」「ごはん」「夏野菜入りサモサ」「味噌汁」「フルーツゼリー」の5点です。特にサモサは、餃子の皮の中にピーマンやトマト、ジャガイモ等の野菜を切って入れ、揚げたものです。高カロリーに見えますがとってもヘルシーな一品です。子供たちも自ら進んで調理に参加し、頑張っていました。皮むきにも進んで挑戦していました。子供たちの失敗を恐れず、どんどん体験させることの重要性・素晴らしさを改めて強く感じさせられた時間でした。また、保護者にとっても食を食材や健康面から見直す良い機会になりました。



報告者：片岡 正策