

六郷

～元気に輝いて～



令和6年度
第71号

2024.11.21

子どもたちの経験を深める、外部講師から教わる体験活動②⑥

【6年「すこやかクッキング教室」(主催：美郷町食生活改善推進協議会)】

18日と19日には、美郷町食生活改善推進協議会の10名の方々からご協力をいただき、6年生を対象にした食育学習「レッツ！チャレンジすこやかクッキング教室」が行われました。

子どもたちが挑戦したのは「豚肉とやさいの彩りプレート」「シーザーサラダ」「豆腐とわかめのみそ汁」の三品。メニューは食生活改善推進協議会の方々が考えた栄養満点の献立でしたので、学校での調理実習より手の込んだ調理が必要でしたが、講師の方々のアドバイスのもとチームワークよく作業を進めることで、順調に調理を進めることができました。また、講師の方々とのやりとりも多く見られ、楽しく和気藹々と活動することができました。

調理のあとは、「元気な体をつくるには」という内容でお話をいただきました。食生活の大切さを分かりやすく教わった子どもたちは、自分たちで作った栄養バランスのよい料理をじっくり味わいながら食べていました。今回の経験を生かし、このあとも栄養のバランスを考えながら調理することに挑戦してほしいものです。

