

第4回広島かき親子料理教室

平成24年11月24日（土）、ゆいぽーと（広島市男女共同参画推進センター：広島市中区）にて「第4回広島かき親子料理教室」を開催いたしました。食育料理研究家栄養士の小出義明さんを講師にお招きし、親子20組の方々が参加して下さいました。



調理実習の前に、小出先生が「食育とマナー」について講演をして下さいました。

「親子で一緒に買い物へ行き、色々な魚や野菜を見て、知る事も“食育”となるのです。そして、食事中はテレビを消すこと。自然と家庭内でのコミュニケーションが生まれ、味わってご飯を食べる事で、食べ物大切さを感じることができるのです。」

〈調理実習メニュー〉

- ・ 広島かきの春巻き
- ・ 広島かきと舞茸の炒め物

〈調理実演メニュー〉

- ・ 広島かきのすき鍋
- ・ 広島かきの菊花揚げ



レシピに沿って、小出先生にアドバイスをしていただきながら、子供たちも慣れない手つきで一生懸命料理に取り組んでいました。調理後の試食では、「かきが美味しい」「家で作ってみます」という嬉しい声を多数の方からいただきました。

これからも「かき」をたくさん食べていただきたいと思います。本当にどうもありがとうございました。