

様式2 令和6年度 野菜マシマシ関連の取組 実施報告

項 目	記 載 欄
市 町 名	伊豆の国市
取 組 の 名 称	幼児親子クッキング教室の開催
実 施 日 時	<ul style="list-style-type: none"> ・8月1日(木)9時30分から12時30分 ・8月23日(金)9時30分から12時30分
実施場所(所在地)	韮山福祉・保健センター(伊豆の国市四日町 302-1)
参 加 者 (人 数)	市内在住の3歳から未就学の児とその保護者(14組)
取 組 内 容	<p>【目的】 親子で一緒に料理をすることで料理の楽しさを知り、望ましい食習慣を身につけてもらう為に教室を開催し、野菜に興味を持ってもらうことで、野菜摂取を促進させることを目的としました。</p> <p>【内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養講話:四季それぞれの旬の野菜の紹介と、野菜の断面クイズ(プリント)、野菜の働きについて講話しました。 ・調理実習:夏野菜カレー、ゆでキャベツのごまドレサラダ、 パンミルクドリンクの3品を調理しました。 <p>【参加者の声】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもが、普段あまり食べないナスをぺろりと食べました。 ・野菜嫌いで、普段は外してしまう野菜も多いが、一緒に作ると食べてくれることが分かりました。 ・子どもと一緒に野菜を切ったり、炒めたりとても意欲的に参加していてとても良い経験になった。 ・子どもがカレーにどんな野菜が入るのか、聞いてきてくれました。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <p>【市 HP】</p> <p>https://www.city.izunokuni.shizuoka.jp/kenkou/kenkou/youjicooking.html</p>