

平成26年度 中魚・十日町家庭科部 活動報告

部長 高橋しげ子

1 研究主題

家庭科授業を通じた食育の推進～地域の食材を活かした調理実習を通して～

2 研究の概要

①委員総会（組織作り・年間活動計画立案）

②研修会

・ 8/11 県家庭科研究会に参加し研修を深めた。

・ 8/22 地域素材を使った調理実習

③家庭科部だより発行（年3回）

・ 6月16日（本年度の計画を通知）

・ 8月29日（研修会の報告）

3 研究の実際

（1）郡市技術・家庭科部の研修会 8/22



<指導の食育サポーター>



<ドライカレーの材料のきのこ>



<協力して調理>



<完成した2品>



<試食会>

- ・おいしい！
- ・これならきのこ嫌いな子にも食べてもらえそうです。
- ・スープもさっぱり！

郡市教育振興会一斉研修日に、ベジパークのベジキッチンで調理実習を行った。地元で活躍している食育サポーターの方々からご指導いただき、身近な地元食材である「きのこ」をたくさん使った「ドライカレー」「酸辣湯（サンラータン）」の2品を作った。部員からは以下の声が出された。

- ・大量の「きのこ」が調理されることによりかさが減り、たくさん食べられることが分かり、ヘルシーメニューを実感した。
- ・カレーでは、材料に肉を使っていないので、小学校の調理実習でも実践できる。
- ・きのこが苦手な子にもドライカレーなら食べさせられる。
- ・カレーにトマトケチャップを入れることで辛さをやわらげることができていた。
- ・材料の「きのこ」の使い方の幅が広がった。

4 成果と課題

○地元食材を使った調理実習をして、食材の活かし方を学ぶことができた。

○情報交換の場をもち、日々の授業実践につながった。

○地元にある良い施設（ベジパーク）を今後も様々な活動で活用していくきっかけになった。

●研修内容がマンネリ化しないように、基本構想を練る際に考えていきたい。