



## 親子学級「休日に親子でできるクッキング」開催

平成30年9月13日(木)・14日(金)に保護者を対象とした料理教室が開催され、両日で62名のお母さんたちが参加しました。講師は同年3月まで管理栄養士として勤務し現在は東洋大学 食環境科学部 健康栄養学科の教員である大瀬良 知子先生です。

毎年、お母さんを対象にパン教室を神戸女子大学の須磨キャンパスで行ってきましたが、幼稚園に新しくスチームコンベクションオーブンを導入したこともあり、今回はオーブンを使い親子でクッキングできるピザとカップケーキを教えていただきました。

遊戯室に調理台を準備し、お母さんたちは4～5人のグループに分かれて、ピザの生地作りから始めました。ボールに水、砂糖、ドライイーストを入れ、強力粉に塩を加えて練っていきます。生地を人数分に分けてチャック付きポリ袋に入れ、ぬるま湯に入れ発酵させます。

続いてカップケーキの材料を混ぜ合わせ、タネをアルミカップに分けて入れオーブンで焼きあげました。

時間が経過し発酵して倍に膨らんだピザの生地を手にとったお母さんたちは「とっても柔らかいわ」「ふわふわね」と感触を楽しみながらアルミホイルに生地をのべしました。ケチャップを塗り、トマト、チーズ、ハム、バジルをのせて、

オーブンで焼いて出来上がりです。

お母さんたちは発酵までの時間とピザが焼きあがるまでの時間に大瀬良先生から短時レシピや食物と健康についての講義を受けました。

お待ちかねのピザが焼きあがると、お母さんたちは大喜びで自分の作ったピザを写真に収め、笑顔で「いただきます」の挨拶で試食しました。「思ったよりも簡単なので、家で子どもと一緒に作ります」という声があちらこちらから聞かれました。お土産の手作りのカップケーキをお家でお子さんと一緒に食べてお話しも弾んだことでしょう。



食育への取り組みを説明する小林美佐子園長



大瀬良知子先生の講義の様子



ピザの生地をのべし、具をのせるお母さんたち



完成した  
カップケーキ&ピザ

料理教室で活躍したスチームコンベクションオーブン。給食のメニューの増加に貢献



ピザを撮影するお母さん