

食育活動のお知らせ

体験型食育料理教室：マルヤナギ キッチンチャレンジ 神戸市東灘区と共催で食育料理教室を開催

煮豆・佃煮のマルヤナギブランドを展開する株式会社小倉屋柳本（神戸市東灘区 代表取締役社長：柳本一郎）は、神戸市東灘区の食育の取り組みに賛同し、食育協力店第1号に認定され、食育フェアのイベントやミーティング等に積極的に参加しています。その活動のひとつで2007年2月より毎年3～4回程度の割合で神戸市東灘区と共催で開催している、食育料理教室「マルヤナギ キッチンチャレンジ」の日程・内容が決まりましたのでお知らせします。

【概要】

- ・日 時 7月28日（水）・8月4日（水） 10：00～13：00
- ・場 所 東灘区役所 5 階 調理室 （兵庫県神戸市東灘区住吉東町 5-2-1）
- ・対象者 5 歳～小学3年生
- ・定 員 各日 20 名（神戸市東灘区広報紙で募集）
- ・メニュー アジごはん・冬瓜の鶏そぼろあんかけ・トマトゼリー・
夏野菜と蒸し豆のカッテージチーズサラダ・飲むヨーグルト風ドリンク



【テーマ】 お勉強時間と調理時間の 2 部構成で実施します。

お勉強テーマ：**お酢のはたらき・昆布って何？**

調理テーマ：**夏野菜をおいしく**

疲労回復を助け食欲増進効果もある「酢」は、抗菌効果もあることで、夏によく使われています。身近な食品（調味料）がどんな原料から出来て、どんな働きがあるのかを学び、その内容を一部実際に調理し体験します。

お勉強内容・目的

(1) お酢のはたらき

- 色止め作用 —— ごぼうを使い、酢に漬けたものと漬けなかったものの色の変化を確認します。
- 静菌・殺菌作用 —— ごはんに酢を入れることで、菌の増殖が抑えられることを勉強します。
- ビタミンCを守る —— キュウリに含まれるビタミンCを分解する酵素について、酢で下処理することで分解を防ぐことを勉強します。
- 凝固作用 —— 温めた牛乳に酢を入れ、時間経過とともに変化する状態を確認します。
実際にカッテージチーズを作り、体験します。

(2) 昆布って何？

収穫したそのままの昆布に実際に手で触れ、手触りや匂い、天然の大きさなどを体感します。
「だし」についても学び、味覚にも興味を持たせます。

調理内容・目的

上記メニューを子どもたちが出来るだけ各々で料理をします。「夏野菜」のメニューを通して、旬の食べ物、季節を学びます。

【マルヤナギキッチンチャレンジ方針】

当社が実施する体験型食育料理教室「マルヤナギキッチンチャレンジ」は、食材の知識や料理の技術を教えるだけの料理教室ではなく、食を通じて子どもたちが自分に自信をつけることが出来る食育料理教室を目指しています。大人は見守ることに徹し、小さな子どもでも出来る限り一人で包丁をもって料理を作り、自分のことは自分で決め、自分の足で歩んでいけるたくましい心身ともに健康な人として育てることを目的としています。