

【当講座を紹介する新聞記事】

野菜嫌い克服しよう

—— 16日、食育講座

親子で調理実習やクイズなどを楽しみ、野菜の好き嫌い克服を目指す食育講座が6月16日午前10時30分から、函館短期大学（函館市高丘町）で開かれる。

同短大と、日本フードスペシャリスト協会が主催。好き嫌い克服講座では、クイズや紙芝居、歌を通し、子どもが苦手としがちなニンジンなどの野菜に親しむ。調理実習では、ソーダブレッド（パン）とニンジンジャム、野菜スープを作り、試食する。

無料。対象は小学1、2年生の児童と、その保護者。2人1組で、定員7組。

希望者は住所、氏名、電話番号、子どもの学年と、食育講座参加希望と明記し、はがきで〒042・0955 函館市高丘町52の1、函館短期大学・食育講座担当係へ。ファクス（0138・59・5549）でも応募できる。いずれも6月4日正午必着。応募者多数の場合は抽選となる。

問い合わせは同短大☎0138・57・1800へ。

16日に食育講座 参加者を募集

函館短大

函館短大（函館市高丘町52）は、6月16日午前10時半から同短大で開く本年度食育講座の参加者を募集している。

日本フードスペシャリスト協会と共催し、2010年から開講している講座。道産の食材を使った調理実習などを行う。同短大の教職員や学生が講師を務め

る。テーマは「親子で楽しく、野菜のすききらいをなくそう！」。

対象は小学1、2年生の親子で、定員は7組14人。

申し込み方法は名前、住所、電話番号、学年を記載し、同短大食育講座係へはがきかファックスで申し込みむ。

締め切り同月4日。申し込み、問い合わせは同短大 ☎0138・57・1800、ファックス同59・5549。

はつらつ ライフ

函館新聞 2012年5月31日

<参加者募集の記事>

大座
短講
函館
館食

親子でニンジン使い調理

苦手な野菜なくそう

函館短大(上平幸好学長)
主催の食育講座「親子で楽しく、野菜の好き嫌いをなくそう」が16日、函館市高丘町の同短大で開かれた。市内在住の小学1、2年生の親子12組24人がニンジンを使った調理実習や講義を通じ、野菜を食べる大切さを学んだ。

6月の「食育月間」に合わせて2010年から始め、今年で3回目。日本フードスペシャリスト協会(東京)との共催。同短大の教職員のほか、保育学科、食物栄養学科の学生約20人もボランティアで参加し、子どもたちと触れ合った。

親子別々で講座を受け、親はニンジンを使ったスープとジャムのほか、ソーダブレック

ドの下準備。同短大の保坂静子専任講師による理想的な食生活についての講義も聞いた。

子どもは、学生が企画した野菜に関する歌やダンス、紙芝居、クイズなどを楽しんだ。学生が「ニンジンを食べると体が強くなる」と説明し、好き嫌いをなくすよう呼び掛けた。調理も手伝い、器



び掛けた。調理も手伝い、器

ニンジンの皮むきやベーコンの型取りに挑戦する子どもたち
……
やベーコンの型取り、ごまのすりおろしをした。
出来上がったニンジン料理は親子で堪能。函館高丘小1年の橋田侑醒(ゆうせい)君(6)は「調理が楽しかった。ニンジンも大好き」と笑顔を見せていた。(山崎大和)

真剣な表情で調理に取り組み子供たち



なくそう野菜の好き嫌い

函館 親子対象に食育講座

子供たちの野菜の好き嫌いをなくそう。函館 対象にした食育講座を同

校で開き、函館市内在住の親子が野菜を使ったスープなどを作った。

同校で2年前から取り組んでいる講座で、今回は、小学1、2年生とその父母が参加した。父母が野菜を子供に食べさせるコツについて講義を受けている間、子供たちは学生とともに、野菜をテーマにしたクイズなどを楽しんだ。

その後、子供たちは、調理室でニンジンをピーラーで薄く切ったり、ベーターコンを型を使って花びらの形に抜き取るなどの

簡単な調理に挑戦した。ニンジンなどは、父母らで作ったスープに入れて、皆で試食した。

高丘小2年の工藤哲也

君は「ベーターコンの型抜きがおもしろかった。家でもやりたい」と笑顔で話していた。

(稲塚寛子)

苦手な野菜を克服して

函館短大の学生が講義や調理

親子対象に食育講座開く

【函館発】函館短期大学（上平幸好学長）は十六日、同大に近隣の小学生と保護者を招いて食育講座を開催した。学生による野菜についてのクイズのほか、子どもの嫌いな野菜の食べさせ方の講義、野菜がたっぷり入ったスープやニンジンジャムの調理などを実施。子どもたちは、苦手な

野菜もおいしそうにもりもり食べていた。食育講座は、学生の実践と実力向上を図る場とするとともに、地域の人たちと交流を深めることを目的に、保育科と食物栄養科の学生ボランティア15人が実施。小学一・二年生の児童と保護者の十二組二十四人が参加した。

開講式のあと、保護者と児童が別室で講義を受講。子どもたちは保育科の学生から野菜についての説明を受けた。野菜のマーチの歌とダンスを練習したほか、野菜に関連するクイズを行った。

一方、保護者は調理室で、食物栄養科の教員から講義を受けた。子どもにニンジンを食べさせるための方法

として、「すりおろした状態で出す」「お気に入りの食器を揃えてあげる」などを紹介した。調理実習では、保護者が



ニンジン・玉ねぎ・ピーマンなど、子どもが不得意とする「野菜の入ったスープ」、ニンジンの入った「ニンジンジャム」と「手づくりパン」を食物栄養科の学生とともに調理。子どもたちも手伝い、中にはピーラーの使い方をお父さんから教えてもらいながらニンジンの皮をむく子も「写真」。

このあと、完成した料理を、みんなで試食。野菜が嫌いだと言っていた子どもたちも「おいしい」と言いながら、全部たいらけていた。