

親子楽しく 野菜を学ぶ

函館短大で食育講座

函館短大の食育講座「北海道の野菜を楽しもう」(日本フードスペシャリスト協会共催)が15日、同短大で開かれた。小学1、2年の親子8組が道産の食材を使った調理実習や、同短大の学生による講座で野菜について学んだ。



出来上がった料理に大満足の子どもたち

明。子どもたちは「イチゴ・ウイは肉の消化を早める」はビタミンCが豊富」「キノコなどを野菜の知識を深め

た。子どもたちはニンシンの型抜きやアスパラの皮むきなど調理実習にも参加。函館産のたまふくら大豆で作ったソイバーグなどを親子で味わった。

函館深堀小2年の三坂寛斗君(7)は「クイズしたりダンスしたり楽しかった。ご飯もおいしい」と大満足。同短大の保坂静子講師は「野菜をおいしく食べられるような工夫を込めた料理。家に帰って親子で楽しく作ってみてほしい」と話していた。

(虎谷綾子)

道産野菜親子味わう

函館短大で食育講座

道産野菜を小学生に親しんでもらおうと、函館短大で食育講座「北海道の野菜をしよう！」が開かれた。市内の親子8組16人が参加し、子どもたちはクイズなどで野菜の知識を深め、保護者が調理したメニューと一緒に味わった。

健全な食生活や地産地消拡大などを目指し、同短大と日本フードスペシャリスト協会（東京）が3年前から共催。ボランティアの食物栄養、保育、両学科の学生も参加し、保坂静子専任講師らの指導で15日に行われた。保護者が道南の特産大豆タマフクラを使い、肉を入れない「ソイバーグ」、道南産ニンジンを使った

「カラフルむしパン」など3品を調理した。

最後に親子で、ゆで野

菜で美しく盛りつけ、子どもたちは野菜も残さずに食べて「おいしい！」と笑顔を見せていた。

（野長瀬郁実）

道産の野菜を使って調理した料理を味わう親子

