



## 保護者の感想から（一部抜粋）

ふくしまっ子ごはんコンテストの応募は今年で2年目です。台所に一緒に立つようになってからの娘の口癖は「食べるのと作るのでは大違い！」です。分量通りにやっても失敗したり、指を何度も包丁で切ったりといった経験によって、体で「いい加減」を覚えていってくれると思います。「食べるの大好き！」から「作るの大好き！」と変化しつつある今、一緒に台所に立っているのが楽しい毎日です。

コンテストに応募する前は、まさか最終審査に残るとは思っていなかったので、子どもと二人で楽しみながら調理していました。最終審査に出場すると決まってからは、何度も調理して、時間配分を決めるのが大変でした。でも、最終的には、子どもも私も納得できる形になり、努力したことが報われたように思います。とても良い経験をさせていただきました。

最終審査の通知を受けてから、時間内に調理しなければならないという課題と実際に使用する食材の微調整を、子どもと苦労しながらできたことがとても良かったと思います。練習した成果を出しきれた事は、本人にとても良い思い出となり、自信がついたことと思います。あっという間の半日でしたが、とても素晴らしい経験になりました。

出場が決まってからは、週末練習をかねて料理していました。包丁の使い方が上手になり、手際よくすすめていく姿が見られました。本日の調理では、親の方がドキドキ緊張しました。時間内に無事終えることができ、本人もほっとした様子でした。結果はともかく、人前での調理などが、本人の自信につながったと思います。

最終審査に出場することが決まり、少ない時間で、毎日、夜遅くまで練習を重ねてきました。普段、料理する機会が少ないので、大丈夫かなと思っていたが、練習を重ねる毎に上達していったと思います。料理をすることは嫌いではないので、ますます楽しくなったようです。これを機会に、色々な料理に挑戦させてみたいと思います。

自分で作る楽しさが分かり、進んで料理のお手伝いをするようになり、食材にも興味を持つようになりました。コンテストということで、時間制限のある中、ただ作るのではなく手順を考えて作るため、一生懸命練習していました。本番は、練習の成果が出て良かったと思います。

学校行事で忙しい中、嫌がることもなく練習に励んでいました。今まででは、本人の気の向いた時にスクランブルエッグを作る程度だったので、包丁の使い方にはあまり慣れていませんでした。そのため、にんじんの千切りには一番練習時間をかけたと思います。コンテストに参加することで、少しでも調理に興味を持ち、色々な料理に挑戦してくれれば良いと思います。

朝食はそんなに食べる方ではありませんでしたが、今回のコンテストに参加することで毎日早起きし、しっかり朝ご飯をとるようになりました。歌いながら楽しく調理していましたが、いざ、本番となると練習通りにはいかず、くやしい思いをしたようです。これを機に、食に関心を持って、色々がんばってもらいたいです。

参加された子どもたちは、みんな手際よく調理していました。自分で考え、工夫して、一生懸命で、大人顔負けの調理をしていました。さすが、選ばれた人たちの献立だと思いました。

中学生になり、部活動に勉強に忙しく、時間が限られた中でしたが、食べる人の喜ぶ顔を思い浮かべ、メニューを考えていました。これからも料理作りにどんどん関わっていって欲しいと思います。そして、また来年もここに来ることができるように、工夫を凝らしたお弁当にチャレンジして欲しいと思います。

日頃から台所に立つのが好きな方で、休日の朝には必ず卵焼きを作ったり、つまみ食いがてら調理を手伝ってくれたりしています。部活で疲れて、なかなか練習もできない状態でしたが、やるからにはおいしいものを作りたいとがんばってくれました。日頃、目立つことや代表になることがとても苦手な性格なのでとても良い経験になりました。

両親ともフルタイムで仕事をしていますが、息子は四人兄弟の長男として、家事手伝いを積極的にしてくれます。最終審査が決まってからは、毎日の夕食後、一人台所に立ち、練習をしていました。その2食分の弁当を両親は毎日の昼食として職場で食べました。おいしいお弁当ごちそうさまでした。これからも、たまによろしくお願ひします。

普段、台所に立って料理するということがあまりなかったので、二人で楽しく、話をしながら完成することができました。そして、息子が「毎日ご飯を作るって大変なんだね。」と感謝までいかないのですが、気持ちを伝えてくれて本当にうれしかったです。

夏休み中にコンテストに向けてメニューを考えてきました。300円の予算もあり、ヘルシー思考で、父の体を想って作ったメニューです。最終審査出場が決まり、今度は、時間配分と手際よく仕上げるにはどうするかを親子で考えました。本人がスムーズに調理作業ができるように、時間を見ながら何度も練習しました。食に興味を持ち、家事の大変さも実感でき、一人で一人前につくことができるという自信にもつながり、とても良い経験だったと思います。

