

保護者の感想から（一部抜粋）

【小学校】

今年も、学校園「おけうりっ子畑」で色々な種類の野菜を育て、たくさん収穫する事ができました。自分でSDGsの勉強をしていたこともあり、自分達で作った野菜や地元の特産品を使った料理で朝ごはんのメニューも考えていました。最終審査へ出場が決まり、時間内に調理するにはどのように作業をすればいいか、試行錯誤しながら練習していました。自分で作った料理で笑顔になってくれる人がいるということを自信をもって、これからも楽しく料理を続けていってほしいです。

今回は最終審査に残ったと聞き、とてもうれしく家族みんなで喜びました。審査の日が近づくにつれ不安や緊張もあったようなのですが、何度も練習し、相談し、試行錯誤しながら子供と料理を楽しみ取り組むことができました。料理のすばらしさや、自分でもやればできるという自信がつき、成長することができたと思います。この経験は一生の思い出になり今後につながるものだと思います。このような機会を与えてもらい感謝しております。

食べるのが大好き！なので、作ることも大好きな息子。日頃は味変にトライしてみたりワイルドな冒険心を楽しんでいます。コンテスト出場が決まってからは・・・練習でもガチガチになっているナイーブな息子でありました。食材を作り育ててくれる農業の方への感謝と、食事を作る大変さや楽しみ方、味わえるワクワク感や後片付け、母と子、家族のふれあい、食卓のあり方など多角的に食育を学ぶ貴重な経験をさせていただきました。ありがとうございました。

ふくしまっ子ごはんコンテスト出場が決まってからおどろきと喜び、不安がありました。調理は、家庭科で少しやるくらいだったので、料理を1人で全部作ることは、不安だったようです。少しずつ火の調整など、自分なりに考えて練習したようです。コンテスト出場を通して、子供も、親も、この経験があったおかげで成長できました。ありがとうございました！！

我が子は料理が好きで、自分で朝ごはんやお弁当を作ったりしています。今回のコンテストの応募にあたり、一緒にメニューについて話し合い、健康に良い美味しいご飯を作ろう！と、工夫して試行錯誤して決めました。最終審査が決まった時は、とても嬉しそうに報告してくれました。その後何度も楽しそうに練習して、どんどん手際が良くなるのがわかりました。今回は、遠くまで来て、子供だけで調理をするという貴重な機会を与えていただき、ありがとうございました。この体験を通して、もっともっと料理が好きになるといいなと思います。

この度は、このような貴重な機会をいただきありがとうございます。3年生の時に下学年の部で優秀賞をいただき、今回は上学年の部で最終審査進出ということで、親子共々大変嬉しく思っております。野菜を育てた祖父母、家族、友達などたくさんの方に応援していただいて審査会当日を迎えます。緊張すると思いますが、練習を思い出し、感謝の気持ちを忘れずに食に向き合い、良い経験になってほしいと思います。

祖父母が育てた野菜や地元の食材を使い、栄養バランスのとれるメニューを子どもと考えました。自分でも手順や味付け等を考え、工夫しながら練習を重ね少しずつ上手になりました。初めは不安でしたが料理をする楽しさを学び、日々成長する姿を見ることができうれしく思っています。今回、がんばったことに自信をもって成長してほしいです。

ごはんコンテストに応募すると決まって、身の回りに採れたての新鮮な野菜や果物があるので、健康を考え栄養のバランス、彩りのあるメニューをえらびました。毎日の生活で1人で料理をする時間がないのですごく良い経験だと思いました。最終審査にのこった事にすごく喜びがあったようです。1人で頑張って作りあげた料理は本当においしかったようで、当日は試食していただく方の事を思い調理したいと話をしてくれました。生きていく中で「食」ということが本当に大切だと感じる事ができたことは、これからの生活でもっと楽しく学んでいけると思います。

【中学校】

お弁当は、家庭で育てた野菜と会津産の食材をたくさん使って、みんなが健康になれるものにしようと親子で考えました。このコンテストにより、子ども自身が料理の内容を考えたり、実際に調理することの楽しさを感じる機会が増えていると思います。最終審査に向けて、子どもが仕上がりに納得のいくまで何度も作り直す姿に、自分だけでなく、誰もが喜んでくれるものを作りたいという気持ちを強く感じ、嬉しくなりました。この経験を生かして、今後も自信を持っていろいろな事に挑戦してほしいと思います。

最終審査へ向け子供の作る弁当を家族で何回か食べ会話が増える事に喜びを感じました。また、台所に練習に立つ後ろ姿に成長を感じ頼もしく思えるようになりました。自分で体験し、収穫してきた材料を使用し、お弁当を作り上げる事ができたのはとても良い経験になり、本人にとっても今後の自信につながっていけると思います。

ごはんコンテストのメニューを考える際には、地元のおいしい特産品も使い、バランスのとれたメニューにしたいと五大栄養素について調べ、食材を選んでいました。また、せいろを活用すると、効率的に複数のメニューを同時に作れることに気づき、食べる人がいろいろなご飯やおかずをおいしく食べて、満足し、「また、午後もがんばるぞ。」と思えるようなメニューにしたいと考えていました。家族に試食してもらい、感想をもとに、レシピを改善していました。これまで、一つの品を作ることや、お手伝いの経験は多くありましたが、時間制限がある中での複数の品の同時調理は、初めての経験でした。食べてくれる人のことを思いながらの調理の経験。貴重な機会をありがとうございました。

好き嫌いをせず、残さずに「おいしい美味しい」とキレイに食べる子供ですが、「私は作ってもらって食べる方が良い、食べる専門」と言っていました。今回は、自分が食べて美味しくこれなら作れそうと思ったものを自分流にアレンジしました。回数を重ねていくうちに時短の方法や野菜のはしを使いフードロスを削減する方法、彩りと食欲の関係や季節の野菜など新たな学びや発見がありました。私にも簡単に出来ると自信につながり、さらに美味しく頂けるようになると思います。先日、仕事から帰ると、娘が作った弁当を見てビックリ。感動してしまいました。これを機に、もっと料理の楽しさを身につけてくれればと思います。

幼い時から料理が好きで、よくお手伝いをしていました。小1から毎年応募していたごはんコンテストも今年が最後です。毎年夏休みの恒例行事で、親子共に楽しみながら取り組んでいました。食べる事も作る事も楽しみながら取り組む姿は、娘のこれからは必ず活かされると思います。本番もお弁当を食べた人を笑顔にできるといいなと思います。

ふくしまっ子ごはんコンテストに選ばれて嬉しいのと、食材が手に入るかという不安や、時間内に全ての料理ができるのか話し合いました。本人が、どうしても料理を変えたくないという気持ちが強かったので、二人でホッキや秋刀魚を地元のスーパーに注文してお願いしました。福島郷土料理について調べて学び、何度も練習をして今回の料理を通して食の大切さを知ることができて、とても良い経験ができたこと、子供と共に感じることができ嬉しく思います。

ふくしまっ子ごはんコンテストに応募するにあたって、家庭でもお弁当を作る練習をしていました。作るたびに手ぎわも良くなり上達しているのを感じました。夏休みの宿題として、一生懸命メニューを決めて心を込めて考える姿を見ていたので、自分で考案したお弁当ほど選ばれて嬉しいものはなかったのだと思います。夏野菜のモロヘイヤやとうもろこし、イエロートマトが秋になり店頭には並ばなくなったため、似た素材で代用するなど工夫したことも学びとなったと思います。当日の姿を楽しみに、家庭として応援しています。