

## 「子ども料理教室&お母さんのアロマワークショップ」を開催しました

働くお母さんとその子ども(小学3~4年生)を対象に、アバンセの調理実習室と美術工芸室で「子ども料理教室&お母さんのアロマワークショップ」を開催しました。

この教室は、働く母親の家事負担を減らすことを目的とし、日本テトラパック株式会社の支援を受け、特定非営利活動法人全国女性会館協議会と共催で実施したものです。

当日は12組の親子が参加しました。子どもだけでランチ作りに挑戦する料理教室と、お母さんがアロマでリフレッシュ&リラックスするワークショップの2講座が同時進行で進みます。それぞれの時間を過ごした後は、親子で楽しくランチタイム♪さあ、どんなメニューが出来上がったでしょうか？写真と一緒に講座の一部をご紹介します。

(平成27年12月6日開催、公益財団法人佐賀県女性と生涯学習財団 自主事業)

### 子ども料理教室の様子



「子ども料理教室」の講師は田崎エミさん(あとリエエミ主宰)。「最初にカレー風味のいろいろマカロニサラダを作りますよ〜」集まった子どもたちは真剣なまなざし。



そして次は、餃子の皮を使ってピザを焼きました！春巻きスイーツにはチョコで何を書こうかな？



野菜たっぷりのスムージーも作りました。右の写真は西九州大学の食育サポーターの学生ボランティアさんたち。今日の料理教室では、準備から子どもたちの補助までテキパキと手伝ってくださいました。ありがとうございました！

### アロマワークショップの様子

子どもたちが調理を楽しんでいる間、お隣の部屋では「お母さんのアロマワークショップ」が。



講師は熊本由美子さん(JAA認定アロマインストラクター)です。「どの香りが好きですか?」みなさんそれぞれお気に入りの香りを選んでアロマバスソルトを作りました。



そして、なんと足湯登場! いつも忙しいお母さんたちに、リフレッシュ&リラクスのひとときをプレゼント。

親子でランチの様子



「できたよー!」と子どもたちに呼ばれ、アロマ教室から戻ってきたお母さん方。子どもたちの作ってくれたランチにっこり「ありがとう!!」。おもわず写真をパチリ。パチリ。そして、親子でいただきまーす♪子どもたちも誇らしげ。



ジュースは美味しく飲んで、紙パックもしっかりリサイクル。後片づけも子どもたちの手で行いました。

★参加された方の声(一部抜粋)★

- ・親と子が、それぞれの活動をする事で、子供の自立にもつながる良い経験となりました。
- ・子供も、自分たちで片付けまでやることを楽しんでいました。親も普段、やれない事をできて、教えて頂きとても良かったです。
- ・アロマの足湯で大変気持ちよく過ごさせて頂きました。ありがとうございました。

主催:公益財団法人佐賀県女性と生涯学習財団 [佐賀県立男女共同参画センター(アバンセ)]

共催:特定非営利活動法人全国女性会館協議会 / 日本テトラパック株式会社



 [アクセス・交通機関のご案内](#) ▶

 [お問い合わせ/ご意見・ご要望](#) ▶

## アバンセ

佐賀県立男女共同参画センター・佐賀県立生涯学習センター

〒840-0815

佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんどんの森内)

TEL:0952-26-0011 FAX:0952-25-5591

【指定管理者】[公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)

Copyright (C) 2011 Avance All rights reserved

## 開館時間

火曜～土曜日:8時30分～22時00分

日曜・祝日:8時30分～17時00分

(ホールは22時00分まで)

## 休館日

毎週月曜日(祝日も含む)

12月29日から翌年1月3日まで