



0952-26-0011

交通アクセス

お問い合わせ

男女共同参画センター

生涯学習センター

DV総合対策センター

相談する

図書を借りる

視聴覚機材やPCを借りる

ホールや研修室を借りる

トップページ > 男女共同参画センター > 講座レポート > 30年度 > 男性・子どもの料理教室 > 平成30年度 「パパと子どもで たのしくクッキング」を開催しました

平成30年度 「パパと子どもで たのしくクッキング」を開催しました

《 公益財団法人佐賀県女性と生涯学習財団自主事業 》 平成30年7月29日(日)実施
平成30年度 働く母親を応援する男性・子どもの生活自立支援事業(男性・子どもの料理教室)
「パパと子どもで たのしくクッキング」

働く母親を持つ小学1～3年の子どもとその父親を対象とする料理教室を
特定非営利活動法人全国女性会館協議会及び日本テトラパック株式会社との共催により開催しました。

この料理教室は、父親と子どもの積極的な家事参加を促すことで働く母親の家事負担を減らし、
母親のより良いワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)を支援することを目的に実施しました。

講師に筋肉料理人 藤吉和男さん(料理プロガー)をお迎えし、父子11組が参加しました。アシスタントの板谷さん、森さんにご協力いただき、父子のチームで、夏休みやお休みの日のお昼ごはんにオススメの紙パック入りの食材を使った**カンタン・おいしい**メニュー4品を作りました。

【メニューとレシピ】

- 📄 [あっさりハヤシライス\(648KB; PDFファイル\)](#)
- 📄 [チキンベジタブルサラダ\(508KB; PDFファイル\)](#)
- 📄 [冷製豆乳クリームスープ\(410KB; PDFファイル\)](#)
- 📄 [牛乳わらびもちのフルーツポンチ\(586KB; PDFファイル\)](#)



講師の藤吉さんからメニューの作る順番と作り方の説明がありました。
牛乳わらびもちとハヤシライスを同時に作り始めます。
牛乳わらびもちを練り上げるころは、パパの出番です！



牛乳わらびもちを冷やして、ハヤシライスを煮込む間に、
チキンベジタブルサラダと冷製豆乳クリームスープを作ります。





ハヤシライスをよそって、同じくらいになったかな？



パパもきちんと配膳します。パパと子どものチームで作ったお昼ごはんのできあがり！



パパと一緒に作った料理を食べたら、自然と笑顔になります♪



続いて、紙パックのリサイクルの説明を聞いて、今度は、パパと子どもで紙パックのリサイクルに挑戦！



最後の片付けまで、パパと子どものチームでがんばりました！



ママへのプレゼント[🎁]を準備中！



パパにはメダルをプレゼント！がんばった子どもたちにもアバンセから賞状をプレゼントしました。

★ 参加者の感想（一部抜粋） ★

- ・手作りのハヤシライスがとてもおいしく、子どもと楽しく作ることができた。
- ・そこまで、手がかからないレシピだったので、今後気軽に作るができると思う。
- ・メインメニュー以外はとても手軽に作れそうで、ぜひ、また作りたと思った。
- ・簡単に手軽に作れて、子どもと楽しくやれたこと。
- ・父親だけでなく、子どもと一緒に参加できた点がよかった。

[アバンセとは](#) | [リンク集](#) | [公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)



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

〒840-0815
佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんだんどの森内)

[交通アクセス](#)

[お問い合わせ](#)

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

[館内フロアマップ](#) >>

[施設利用の手続き](#) >>

[利用料金表](#) >>

[施設利用Q&A](#) >>

