

第5回ホッとママ講座 = 親子クッキング =  
 ～ クリスマスメニュー ～ =H22. 12. 14=



親子でチャレンジ!! わくわくクッキング♪  
 「子どもに出来るかしら…?」と思っていた保護者も、やる気満々の子どもたちにびっくり!  
 「家でもやらせてあげなきゃね…♡」と、顔を見合わせてにっこりしている親子もいたよ♪



「さあ、いちごを洗おうか…☆」  
 「まだ、食べないでね!」  
 背伸びして、大好きないちごを見つめる  
 ちいさいママ!?



はじめての皮むき♪  
 はじめての包丁…♪  
 うれしくてうれしくて  
 「あはは♪」「あはは♪」  
 包丁を入れるたびに感激の声!



本日のメニューは  
 簡単彩り寿司・にらバーグ (保育園で大人気メニュー)・  
 すまし汁・温サラダのじゃこソースがけ・フルーツあえ

おもしろいよ!  
 ハンバーグをペタペタ♪  
 焼けるまでひとやすみ…  
 あ～! いいにおい♪



火を使うのはママやパパにお任せ！  
 新米ママには、講師やベテラン保護者  
 がお手本を見せながら教えてくれま  
 す。  
 子育て仲間が助け合いながら調理を  
 楽しむ姿が頼もしく見えました。



遊びたくなったり、出来上がりや配膳を待つ間は、  
 子育て応援団のおばちゃんサポート！  
 子どもたちは、いつものように安心して過ごします  
 グーチョコキパーのおばちゃん いつもありがとう♡



できました！  
 みんなでいただきます♪



「いつもより、たくさん食べてる！」と驚く  
 保護者のみなさん。調理に参加してみんなで  
 食卓を囲むと、おいしさは倍増です！！

講師の先生から、子どもにも分かる方法で  
 お箸の持ち方を教えてもらい、「家でも、さっ  
 そくやってみる♪」と、勇気を得たママやパ  
 パの姿も見えました。



おいしいよ♡  
 もっと、もっと！