

冬休みのふれあい活動②

P T A 冬休みのふれあい活動、「将来の子どもたちのために今できる家庭での食育（朝食作り）」の続きです。

わたしがあちゃんに
いろんなメニューを出して、
言ったメニュー、
自分で考えたメニューは

ブロッコリー - オリーブオイル → オリーブオイル → トマト

おこみでマヨネーズとドレッシング（ドレッシング）

めだまやき

ウインナー

ケチャップ

自分が考えたメニューを
作れて嬉しかったです。
はじめてめだまやきを
やいて、しほはがれて
ほめたけどあと3分

かぞくに「おいしい」と
言ってもらってうれしかったです。
うまくてできたのでうれしかったです。
ウインナーもじょうずに
やけてうれしかったです。

《保護者の感想》
普段はかまひか一緒に
できない調理をしてみても、つい先にやりすぎたり、口が出て
しまったり反省点も多かった。しかし、子供は楽しめたようで、ホッと
しました。食育という程のことかできたのか不明ではあるが、これを機に、
私ももう少し手伝ってもらおうとして、次回には、食材メニューを工夫して挑戦してみたいです。

オムレツ

たまごとお肉と
たまごとお肉とたまごとお肉と

オムレツを
ひっくりかえす
のがむずか
しかった。

七ヶがけ

ごはんとかもちやうこ

《保護者の感想》
朝食はなにかと一緒に作ることもないですが、一緒に作ることで
食事を楽しんだり食らうたと思います。月曜日に余裕を
作り、小さなことから一緒にやってみることにしたいと思います。

〈おもちピザ〉

きじはおもち
とろけるチーズ
ベーコン
玉ねぎ
フライパンに油をひいて焼きました。
ケチャップをぬって

フライパンでおもちピザを作りました。
外はカリカリで中はもちもちでした。
玉ねぎを大きく切りすぎて、少し生っぽかったです。
お父さんに「せになるな」と言われました。

《保護者の感想》
お正月用に作ったおもちの、アレンジピザにしました。
フライパンで作れるので、とっさもたんでした。

PTA会員各位

PTA会長
ふれあい委員長

日頃から、PTAふれあい委員会の活動にご協力いただき、誠にありがとうございます。

さて、冬休みに「将来の子どもたちのために今できる家庭での食育(朝食作り)」をテーマに活動をしていただきました。各ご家庭それぞれ素敵な取り組みを実践しておられ、提出されたシートを委員会で拝見させていただきながら、たくさんの食育を再認識させていただきました。

こうした活動を通して、少しでも親子のふれあいの大切さを改めて感じていただければありがたく思います。

委員会で選考させていただいたふれあいシートをご紹介しますので、ご覧ください。

ポータマ おにぎり

- ① フライパンで玉子をやく。
- ② ポーク(スノバム)を切った。
- ③ こんがりやいた。
- ④ のり、ごりはん、玉子、ポークをのせてまいた。

自分で作ってみると
たのしく、とても
おいしかったです。

《保護者の感想》
「お粥ミルスープ」も一緒に作りました。この日は、大根おろしと白菜(小さな細切り)と水を少し入れてレンジで火を通してから味噌を小さじ1といて、ミルワを150ml入れてまたレンジで2分あたためてスープにしました。栄養満点です!!

マクセルの簡単!!
お粥の白菜と大根で!

くるくと
巻くのが
簡単がいっぱい