

## 「大阪産(もん)を使って親子で Let's! 和ごはんクッキング」開催報告



子育て世代に身近・手軽に「和ごはん」を食べる機会を増やしてもらうため、農林水産省が推進する Let's! 和ごはん PJ の連携企画として親子クッキングを開催しました。

今回は、以下のお料理を親子で楽しみながら作っていただきました。

- ・鶏肉のおろしポン酢焼き ～カラフル野菜と一緒に～
- ・ポリ袋で作る！青菜の白和え
- ・季節の野菜のごま味噌汁
- ・ごはん
- ・白くまさんの顔がかわいい甘酒蒸しパン



PJ メンバーのオプティマルキッチン爰(おうち)代表の辻井よしみ先生から「地産地消(大阪もん)」 「旬の食材の栄養」、「食品自給率」などの食育のお話も皆さんのお心に響いたようで、野菜嫌いなお子さんも残さず全て召し上がられ、お母さまより感謝のお言葉をいただきました。

また、農林水産省 WEB サイト「うちの郷土料理」や、YouTube「次世代に伝えたい大切な味」がとても好評で、「是非自宅で参考にしたい」というご意見をいただきました。

参加された子どもたちは、小学1年生から高校生までと年齢幅がありましたが、皆さんとても一生懸命に取り組んでくださり、おいしそうに出来あがりました。このクッキングには、PJ メンバーの山長商店(株)さんからかつお節を、(株)華月さんから土鍋を提供いただきました。

### 【開催概要】

- 日時：2023年11月26日(日) 11:00～13:50
- 参加：20組43名(小学生、高校生と保護者)
- 内容：①講師によるセミナー「食育のお話し～地産地消・旬・食品自給率など～」  
②調理説明・実習・試食  
③農林水産省「郷土料理について」
- 場所：ハグミュージアム クッキングスクールキッチンスタジオ(大阪市西区)
- 主催：(株)大阪ガスクッキングスクール、大阪ガスネットワーク(株)
- 後援：農林水産省 近畿農政局
- 協力：オプティマルキッチン爰(おうち)・(株)山長商店・(株)華月  
(以上、Let's! 和ごはんプロジェクトメンバー企業)

◎Let's!和ごはんプロジェクトについて → [農林水産省へリンク](#)

■参加費：親子2人一組3,000円

### ■参加者の方からの主なご感想

- ・母と二人で作ることができて楽しかったです。(小5 女子)
- ・ほうれん草の根元をいつも捨てていたのですが、今後は使いたいです。(保護者以下同様)
- ・娘と楽しい時間をすごせました。
- ・ほうれん草や小松菜など、苦手な野菜をしっかり食べてくれてうれしく思います。
- ・体に良さそうで、とてもおいしかったので、家でも一緒に作りたいと思います。
- ・土鍋で炊くだけで、ごはんがこんなにおいしいのだと思いました。
- ・男の子ですが、たまに一緒に買い物に行くので、国産、地元のものをという意識で見ようかなとつづやいていました。
- ・地産地消や農林水産省のホームページがあることを初めて知りました。

### ■主催者の所感

コロナ禍が落ち着いて、ようやく多くの親子で楽しく料理し、学んでいただくことができました。

ご協力やご後援など、関わっていただいた皆さまに感謝しております。

