

中原眞由美氏（岡山学院大学人間生活学部食物栄養学科講師）による親子料理教室を開催しました。

平成28年7月9日（土）10:00～11:30 岡山学院大学調理実習室

親子6組14名、保育園やこども園の先生3名、教員3名、学生7名（食物栄養学科）が参加しました。

小麦粉・卵・乳製品を使わずに、おいしいかんたんおやつをつくろう！

献立：れんこんブラウニー、豆腐プリン、ふわふわ豆腐団子、フルーツゼリー

#### 学生代表による説明



#### 学生の自己紹介と献立説明



親子料理教室スタート



上手にできるかな



チャで団子包みとさわやかなメニューができあがりました)



以上



# おかたん子育てカレッジ



- ▶ 岡山短期大学が有する知的財産、人的財産やそのネットワーク、施設等を活用して行う、協働による地域ぐるみの子育て支援の取組です。(岡山県指定の事業)
- ▶ 今回は**小麦粉・卵・牛乳のみ**のアレルギーを持つお子様を対象に実施します。小麦粉・卵・牛乳以外のアレルギーをお持ちの方は、食材・調味料の中にアレルギー食材が含まれる可能性があるのでご遠慮ください。

## 《親子料理教室～小麦粉・卵・乳製品を使わずに、おいしい簡単おやつを作ろう！～》

簡単においしく作れるアレルギー食（おやつ）の作り方について、実践を交えて説明します。

1. 自己紹介と作り方の説明。(事前に簡単なアンケートをお願いします。)
2. 親子で、かんたんおやつを作ろう。 ※調理は食物栄養学科の学生がお手伝いいたします。
3. 学生とお話しをしながら、おやつを食べよう。
4. 学生が考えた、家でもつくれる簡単料理レシピの紹介。

献立：れんこんブラウニー・豆乳プリン・ふわふわとうふだんご・フルーツゼリー



野菜クイズ



じょうずに切れたね



みんなで食べるとおいしいね

※写真は昨年度のものです

◆ 7月9日(土) 10:00～11:30

◆ 岡山学院大学 調理実習室

4歳～小学生までと保護者を対象とします。

申込先着順 親子10組まで。

申込締切 6月30日(木)

受講料：親子で1,000円 (当日徴収)

(材料費2人分500円を含む)

3人目から材料費プラス250円)

### ＜申込方法＞

・ご希望の方は、《メール》、《FAX》、《ハガキ》にて、下記の必要事項をご記入の上お申し込みください。  
(電話申込可)

①ご芳名(ふりがな) ②ご住所 ③お電話番号 ④性別 ⑤ご年令

※親子で参加される場合は、お子様のお名前・年齢もあわせてご記入ください。

・託児はございません。

＜講師＞ 中原 真由美(なかはら まゆみ)

岡山学院大学人間生活学部食物栄養学科講師。

倉敷市役所にて管理栄養士として勤務(学校給食・保健所)。

平成24年度より本学で調理学・調理学実習・フードコーディネート論を担当。

＜持ち物＞

エプロン、バンダナ(三角巾)

調理用手ふき(ハンドタオル)

調理実習室用の履物(上履き等の履き慣れたもの)



問い合わせ・申込先



岡山県マスコット ももち うらっち

岡山学院大学・岡山短期大学(生涯学習センター)

住所：〒710-8511 岡山県倉敷市有城787

電話：(086) 428-2651

F A X：(086) 429-0323

メールアドレス：gakushu-c@owc.ac.jp

駐車場・案内看板あり

