

事業名 親子料理教室

日時 2022年8月21日（日）
午後1時30分から4時

場所 柏崎市民プラザ

参加者 17人（大人7人、小中学生10人）

目的 親子で調理実習を行い、食生活を見直し健康的な食生活への意識を高める。

内容 わくわくクッキングを開催した。
親子で「ミックスピザ」の調理実習を実施した。



成果 子ども達に簡単な野菜を切ってもらい、包丁の使い方を学んでもらった。
またピザ生地から自分達で作ったので、発酵や生地の伸ばし方など普段出来ないことが体験できた。発酵している間には、管理栄養士によるミニ講座で、食事の役割や食に興味を持ってもらえる話・栄養ワンダーについて講話をした。