

保護者の感想から(一部抜粋)

【小学校】

最終審査まで行くとは、親子共々驚きました。これからも、家で調理に関心を持って台所を手伝ってくれたり、自ら調理をしたりしてくれるといいと思いました。

子どもが大きくなるにつれて、親子のコミュニケーションを取る時間が少なくなっている気がします。そんな中コンテストに参加したことで、子どもとの貴重な時間が持てました。今まで料理をしたことがほとんどなかったので、作り方・切り方など、一から教えるといった感じでしたが、真剣に話を聞き、アイデアを出し合いながらこちない包丁さばきで丁寧に食材を切っていました。作品が完成したときは、緊張が解けたのか、家族にドヤ顔を決めていました。今回の経験を生かして、もっと料理へ興味を持ってくれればと思います。

好き嫌いの多い子どもは、ネットで調べたり、親に相談したり頭を抱えて悩んでいましたが、苦手な魚が体のために少しでも食べられるようになりたいと思い、メニューを考えていました。調理するとき、「分量を間違えないようになきゃ」など焦る気持ちをおさえながら不器用な手つきですが、何度もレシピを確認しながら取り組んでいました。出来上がったとき、家族から「おいしい」「よくがんばったね」とコメントをもらって照れくさそうに笑っていました。食卓がいつもよりほっこりと温かい雰囲気になりました。

夏休みの宿題として取り組み始めたコンテスト。朝ご飯を簡単に、そしてたっぷり食べられるものを試行錯誤しました。子どもと一緒に考え、台所に立っていた時間はとても楽しかったです。また、最終審査が決まってからは毎日練習を重ね、「包丁が怖い」「上手に切れない」といった最初の姿が、嘘のように頼もしい姿になりました。練習をすればするほど料理が楽しいと言っていました。今回の経験は子どもにとって私にとっても貴重な宝物となりました。

テーマや条件がいろいろあり大変でしたが、親子で会話を重ねつつ、どう工夫したら良いか？を検討するのもなかなか楽しかったです。「朝は食欲がないよね」「難しい調理はしたくない」など、会話から生まれたポイントを解決した「我が家納得！のメニュー」ができたと思います。受賞が決まってからは、練習を重ねてがんばりました。何より嬉しいのは、コンテストのために作るのではなく、美味しいから日常的に作って食べたい！となったことです。妹に褒められ、照れながらも嬉しそうにしている姿は、コンテストに参加しなければ見られなかったかもしれません。

最終審査に選ばれ、嬉しさと同時に一人で作る事への緊張があったようです。いつもは私の横に立ちお手伝いをする程度。一人でキッチンに経つ姿も見られ、料理を作る楽しさを覚えたようです。今回のコンテストでの経験は、とても貴重で、これからすてきな大人になる第一歩になると思います。

小学校1年生から応募しているコンテスト。今年は小学校最後の挑戦ということもあり、毎年恒例の母子のアイデアの出し合いにも熱が入りました。そして、テーマにあったメニューを本やネットで調べました。最終審査への出場が決まってからは、練習のために母子で台所に立つことが多くなり、私にとってとても嬉しい時間を過ごすことが出来ました。家族から「おいしい。おいしい。」と言ってもらえて自信もついていったようでした。家族中を巻き込み、みんなで楽しめるコンテストへのチャレンジ。中学生になっても続けてほしいです。

学校の総合学習の一環で、普段から地元の伝統野菜などを育てて、おいしく食べる方法を考えていました。その中で、コンテストのメニューを考える時に、自分が育てた野菜を使ってみようかと家にある食材で作りました。最終審査が決まってから、時間内に作るのは大変だね！と言いながら工夫をして練習していました。1人で全てをやらなければいけないという経験は初めてでしたが、経験できて良かったと思います。これからも成長を見守っていきたいです。

最終審査に進んだという連絡が来たときは、親子で大変驚き、実感がわきませんでした。選考に向けて練習を重ねるうちに実感がわいてきて、本番への期待と緊張が高まりました。練習を始めた頃は、レシピとにらめっこしながら一つ一つ私に確認して不安げな様子でしたが、次第に一人でも段どり良く調理できるようになっていく姿に頼もしさを感じるようになりました。練習を通して、親子で調理の楽しさや挑戦する気持ちを共有することができ、絆も深まりました。

【中学校】

お弁当は特別な食材ではなく、家にある食材を使い、自分の好きな物を詰めたらいいのではないかとアドバイスしました。家でとれた野菜や近所の方へいただいた野菜や果物など、旬の美味しい物を使ったお弁当ができたのだと思います。今回の最終審査にあたり、同じ食材を買いに行っても、季節が違うため良い物が見つからなかったり、味の違いを感じ、「旬の物、福島県産の食材はおいしい」ということを再確認したようです。いつのまにか料理が上手になっていたと感心し、子どもの成長を感じることができた楽しい時間でした。

子どもが学校から帰宅すると「私が作ったお弁当、最終審査に出場する事になったよ!!」と言われ、驚き、そして喜びを隠せませんでした。具材は祖父母が作った野菜を使用しました。メニューを考える前から「おじいちゃんおばあちゃんの作った野菜を使ってコンテストの献立を作る!!」と言い、アイデアを絵に描いていました。福島名産のじゅうねんやいか人参を使い、普段食べている祖母の味を再現し、それをアレンジしました。毎週末に練習を重ね、祖父母に試食してもらい「とっても美味しい」と言われ、少し自信がついたようです。

学校からのテーマがあり、免疫効果のある食材を調べるところから入り、祖父母が育てたお米や野菜を使っての献立を一緒に考えました。料理の手順や味加減・火加減を自分なりに工夫してがんばっていました。最終審査に参加させていただくことになり、このコンテストがきっかけで料理ができるようになったことを嬉しく思います。今後も料理を続けて、一人暮らしになった時など、今回の経験がきっと役に立つと思います。

福島の美味しい物が1つの弁当箱に詰まっていて、一度に味わえる弁当にしようということで、親子で話し合っメニューを決めました。短かった夏休み、部活で忙しかった中作った弁当。家族からいろいろアイデアをもらって、最終審査前にも練習を重ねました。祖父母も応援していて、励ましの言葉をかけていました。今回の経験が、いつか人生の糧となるよう、そしてこれから大人の階段を昇る上での1つのステップになるよう期待し、エールを送りたいです。

以前から食に興味があった子どもと料理をしてきましたが、中学生になり、なかなかその時間もなくなった中で、今回のような機会を頂き、一緒に料理をすることで、親子のコミュニケーションが取れ、学校の様子・心の変化などいろいろと気付くことができました。1つの料理を1人で完成させる達成感は、将来子どもが自立をした時に、自分で料理をして健康的な生活が送れるように、これからも料理を通して伝えていきたいと思っています。

最終審査の当日まで、家族の間で食に関する話題があふれる日々を過ごしていました。人生初めて経験した魚の三枚卸や塩麴作り。四苦八苦しながらも挑戦できたことは、本人の自信につながると共に、貴重な経験だったと思います。地元の郷土料理やおいしい食材を再確認したり、調理手順や効率を考えながらの料理作りは、机上の勉強とはまた違ったいい学習の場だと感じました。お手伝いを進んでしてくれるようになり、親としても嬉しかったです。

最近、家族を手伝い家で料理を手伝ってくれるようになりました。部活で疲れて帰ってきても、頑張ってくれていました。そんなときコンテストの応募があり、伝統行事を生かしたお弁当が作れないかと親子で話し合う時間ができました。子どもにとって最終審査の進出は、初めての経験で不安な感じでしたが、練習を自分なりに頑張っていました。この貴重な経験が、これからの人生の中で大きな自信につながってほしいと思いました。

作る順番や時間配分など、一人で台所に立つということ是不安だったと思います。しかし、自分なりに早く作れるように考えたり、工夫したりと頑張っていました。普段から卵焼きを作ったり、お味噌汁を作ったりしてくれています。今回の経験が、自信につながればいいと思っています。

地域の食文化に触れ、郷土料理を作る機会が増えました。コンテストでは地元の郷土料理と地元野菜の美味しさを伝えられるようなお弁当を作りたいと話していました。最終審査では限られた時間内に作るということで、その難しさに苦戦していましたが、どの調理に時間がかかるのか？時短できる場所はあるのか？など、工夫を重ねて頑張っていました。朝・夜食は、子どもの作ったお弁当を食べる日が続きましたが、気持ちがたっぷり詰まっているのでおいしかったです。