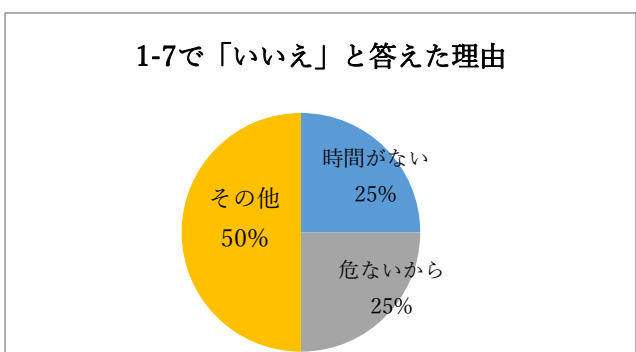
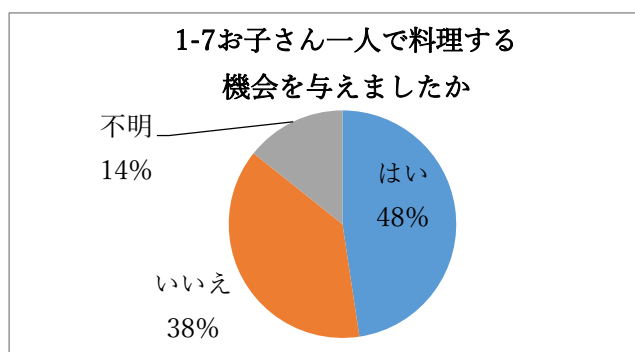
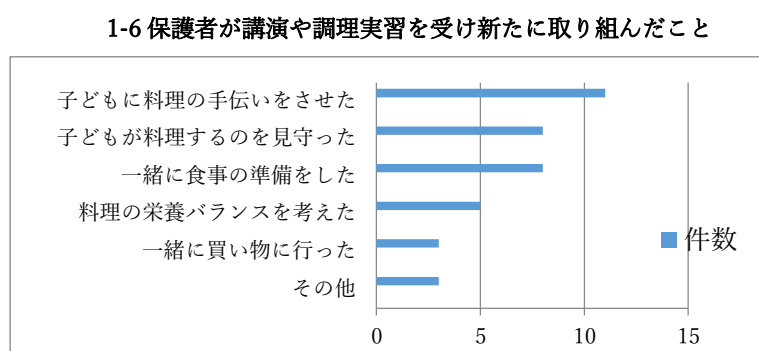
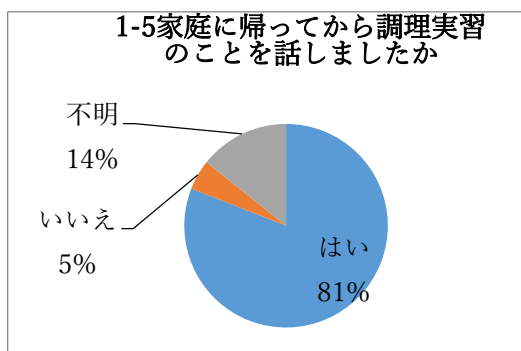
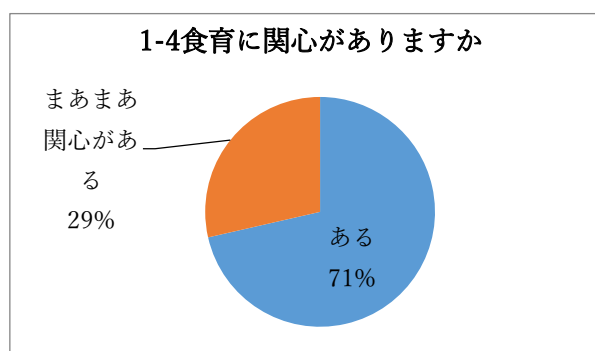
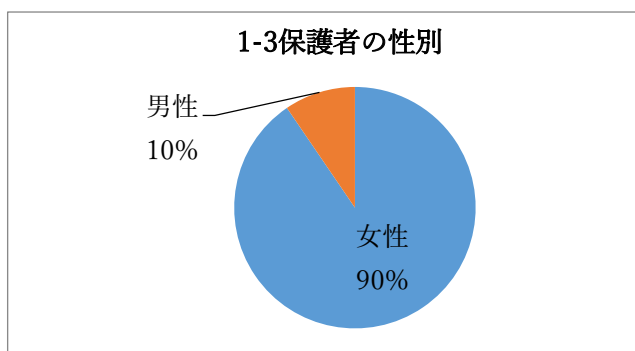
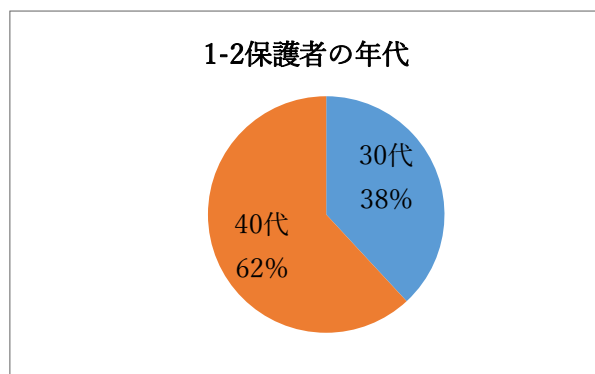
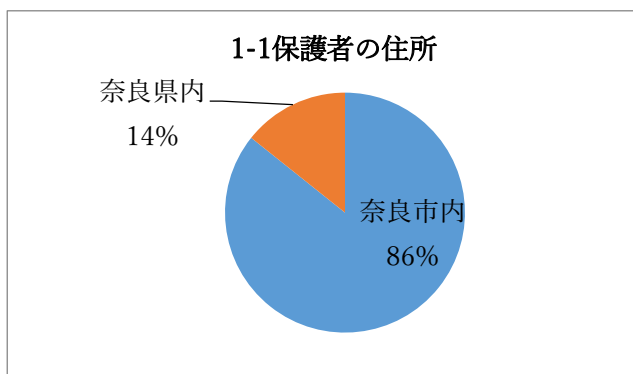


「弁当の日」調理実習 事後アンケート結果

平成 29 年 9 月 3 日
回収 21 人 (67.7%)

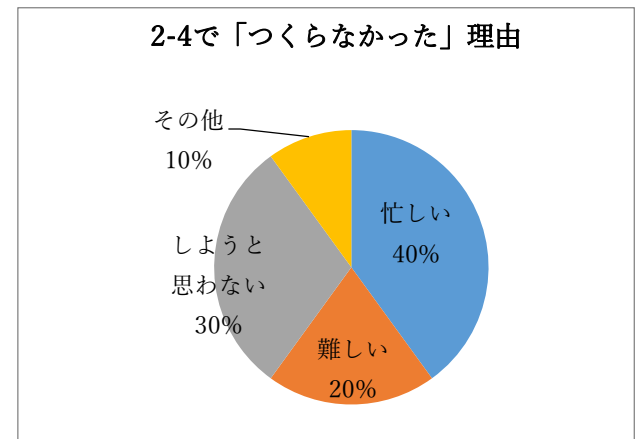
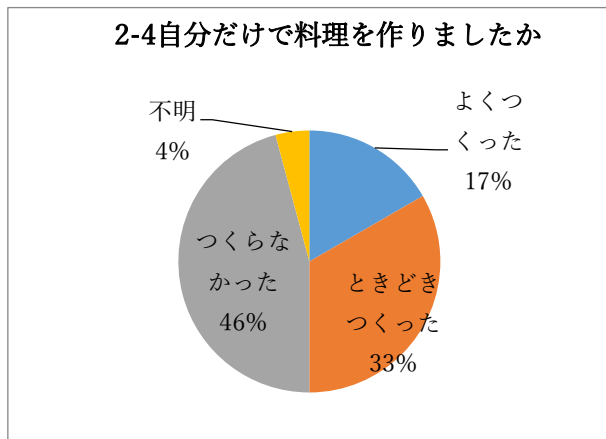
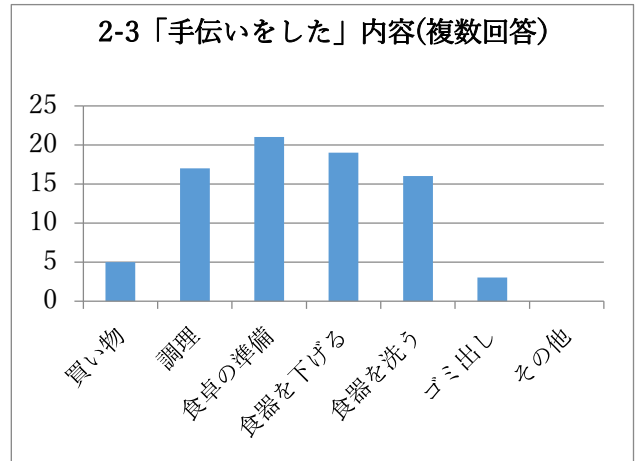
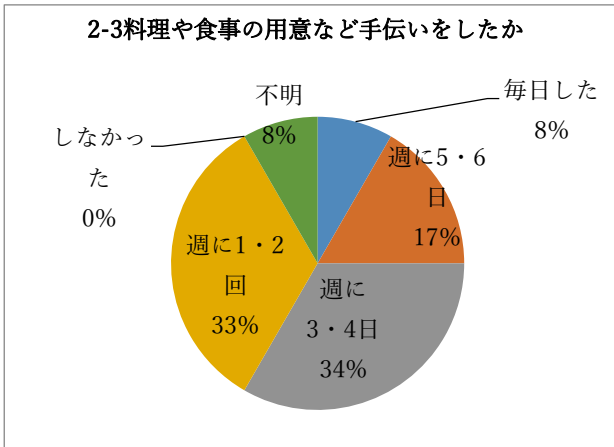
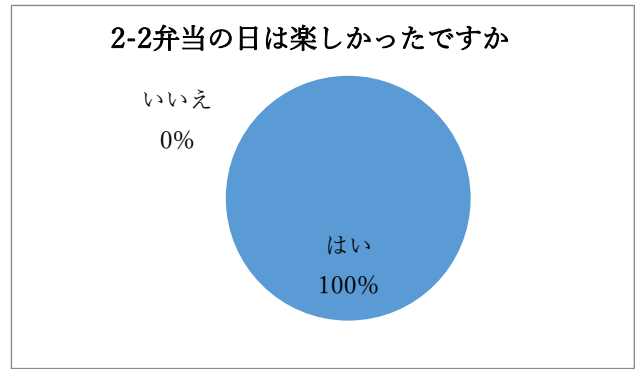
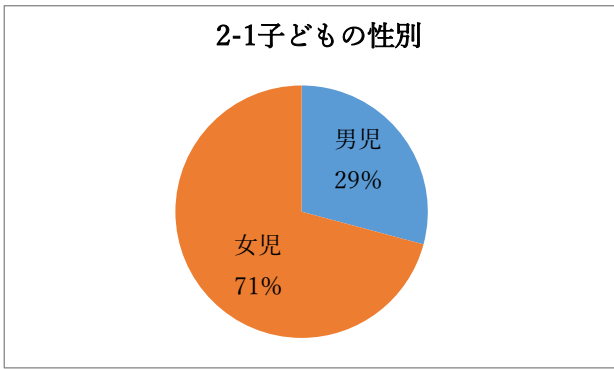
1、調理実習に参加した保護者（代表 1 人）について



1-7「その他」内訳

- ・今までほとんど包丁を使ったことがないので、まだ全て 1 人は無理と思った。
- ・本人がやりたがらない
- ・まだ一人では何をしようかわからない
- ・これから与えていきたい
- ・まだ台所を子どもが使えるように整理していない

2、調理実習に参加したお子さんについて



2-4「料理を作った」方は、いつ何をつくりましたか

(食事)

- ・ハンバーグ(4人)
- ・肉団子(イベント当日夕食、翌日)2人
- ・カレー(2人)
- ・卵焼き、スクランブルエッグなど卵料理(2人)
- ・弁当
- ・サラダ
- ・トースト
- ・おにぎり
- ・夕食におかず1品
- ・休日に昼ごはん家族分の焼き飯
- ・サラダうどん
- ・焼肉
- ・夕食に野菜(ブロッコリーなど)をゆでる・切る

(おやつ)

- ・クレープ
- ・パンケーキ
- ・スイートポテト

～調理実習の感想～

○子ども

- ・ 楽しかった。(複数)
- ・ 盛り付けまで子どもだけでできるのがよかった。少し見た目がいまいちだけど、とても楽しくて、出来上がったことがうれしかった。
- ・ 自分で作ったとは思えないくらいおいしかった。一番おいしかったのは肉だんごです。大学生の方がやさしかった。おいしくできてよかった。
- ・ とても教え方が上手でよくわかりました。それから毎日夜ごはんを作っています。前よりも料理がすきになりました。
- ・ 調理実習で作ったメニューを家で作りたい。(学校の弁当日に自分で作るようです) 実習手伝いの大学生のお兄さんお姉さんがていねいに教えてくれたとの事大変よろこんでいました。
- ・ 今回初めてお弁当を一人で作ることができました。今まで、おかずやおにぎりを作ったことはありましたが、お弁当を作ったのは初めてでとてもうれしかったです。彩りもよく作り方も覚えたので、次の日の家族のお弁当をお母さんと二人で朝5:30から作りました。みんなが喜んでくれたのでうれしかったです。またこんな機会があれば参加したいです。
- ・ おいしかったし、楽しかった。また家族にも作ってあげたい。
- ・ とても楽しかった。お店で買ったのかと思う位おいしいお弁当ができて、自分でもびっくりした。今度はお父さんにも作ってあげたい。
- ・ 肉だんごが美味しかったです。タレがすごく美味しかった。肉だんごを丸めるのが楽しかった。包丁で野菜を切るのが楽しかった。弁当の日の夜も肉だんごを作りました。美味しくできました。また作りたいです。
- ・ いつもは苦手なえのきとひじきが楽に食べられた。うまくできた。
- ・ はじめて作って最初は難しいと思いました。またやりたいです。
- ・ 自分で作ったお弁当はおいしかったし、お母さんもおいしいと言ってくれてうれしかったです。家でもお料理を手伝ってみました。
- ・ 初めて自分でお弁当をつくってとても楽しかったようです。母がいつも作っているお弁当より「おいしかった」と言っていました。
- ・ (楽しくて) もっとやりたかった。作りたてのお弁当は温かくておいしかった。
- ・ 自分で全て作るということがとても楽しかった。自宅でも作ってみたいと思います。
- ・ 始めは上手に作れるか心配だったけど、上手く作れてよかったです。(自分で)お弁当を作って、お弁当を作るのは大変だと知りました。これからは弁当を作りたいと思います。

○保護者

- ・ 今までは時間もかかるし、じゃまやなあと思っていたので、子供が手伝うのを嫌がっていましたが、今回の調理とお話がきっかけで、私も少しずつ楽しく手伝ってもらおうと思うようになりました。子供の手作り弁当、本当にうれしかったです。
- ・ 学生の方が大勢みて下さったのがとてもよかったです。
- ・ 大変喜んでおり、また自分でお弁当や料理を作りたいと思ってくれるようになった。食事の大切さも改めて感じてくれた様にも思う。

- ・ 親が良いと思って勝手に申し込んだので、当初乗り気ではなかったのですが、作り終えて食べながら話している時はとてもうれしそうでした。
子供の自立の手助けとして、「自分の食べるものは自分で何とかする、できる」ように少しずつ機会を与えてみたいと思います。講演会の話がとても身にしみました。
- ・ 小学3年生なので、学校での調理実習の経験もなく、子供たちだけで調理をするということがとても新鮮だったと思います。これを機に「自分でもできるんだ！」と本人も自信がついたと思うし料理が楽しいということも感じたと思います。
先生のお話も面白かったようです。
- ・ 毎日お弁当を持たせており、時々苦手な野菜が入っていると、時間がなかったという理由で残して帰る日があるが、お弁当を作るのにどれだけ大変かを分かってくれた様で、大切にお弁当を食べてくれている様に思う。
- ・ 大勢のお手伝いして下さった方々には、ご多忙中のところお世話になり大変感謝しております。
- ・ とてもよい機会でした。今まで作ったことのないおかずもあり、本人のレパートリーが増えたと思います。作った弁当を見た瞬間、彩りがきれいでおいしそうなお弁当だったので「すごい！」と思いました。子供が作ってくれたお弁当を食べるのはとてもうれしいですね。普段から、ちょこちょこ料理をしているので、また一つ経験が増え、自信につながったと思います。ありがとうございました。
- ・ おいしいお弁当をつくれた！できた！という自信がついたと思います。できたお弁当を2つ持ってきてくれた時の顔がとてもいい顔でした。こういう機会があったあとは本人も私も意識するので、料理もやっていこうと思うのですが、つつい日常の忙しさにまぎれてやらなくなることがあるので、今回は調理実習、そして講演会のことを忘れないよう、継続させてお互いに成長していきたいです。このような機会をつくって頂きありがとうございました。
- ・ とても為になる講演会の後に、まだ小学生の我が子が一人で立派なお弁当を作ったものを目の前にして、8年間子育てしてきた中で一番と言える位感動しました。
これから一人前の人間として、子供と接していきたいです。そして、私も主人や子供のお弁当を愛情をたっぷり注いで作っていきたいと思いました。
- ・ 小3（女子）子供が一人で最初から最後まで料理をする事は経験なく、良い機会を与えて下さりありがとうございます。調理実習後の子供の成長が楽しみです。早速今度の遠足の際には、一人でお弁当を作るからAM5:00に起こして欲しいと言われました。よくよく思い出すと母親の私も小3の時から夏休みなど時には、家の食事を3食つくってお小遣いをもらっていたので、もう十分出来る年齢になっていると思いました。
- ・ 最初はどのような風にしていくのかわからなくて不安な様でしたが、先生にやり方を教えてもらった嬉しさを下さったりした事が嬉しくて、調理が楽しかったと言っていました。
- ・ 調理をすることで食材に親しみを覚え、苦手意識がなくなりました。講演内容を話したところ「私も聞いてみたかった・・・」と。次回は、子供を対象にした講演会を開催してください。
素晴らしい講演会でした。開催にあたっては、各団体の皆様のご尽力に感謝いたします。ありがとうございました。
- ・ 講演会もとてもいいお話を聞けたのでまた聞いてみたいと思いました。子供にご飯作ります。子供も意欲的に手伝ってくれ、料理をするのが好きになりました。

他のところでも子供達で料理をする体験をしたりしていますが、全て子供だけで作らせるとは考えていませんでした。買い物から片付けまで今度やってもらおうと思います。当日のレシピを冷蔵庫にはりつけていました。(子供が)また作ってもらいます。今後もこのように「弁当の日」がしたいですね。奈良市の小中学校にもして欲しいです。

- お弁当がおいしく見える彩りから教えて頂き、子供が一人でも調理できる様なレシピで栄養面でもバランス良く考えて下さっていて、見た目からおいしそうなお弁当でした。子供がきちんとナフキンで包んだ弁当箱を大事そうに嬉しそうに私の前に持って来てくれて何だか少し、子供が成長して見えました。お弁当は特別おいしかったです。

これから少しずつ、一人で料理を作る機会を与えていきたいと思います。

- 子供が自分の力で弁当箱につめている姿を見学させてもらって感動しました。今後もこのような企画があればぜひ参加させて頂きたいです。中学生も参加できるようにして頂けたら嬉しいです。
- 子供からお弁当を受け取った時は、本当は嬉しくて、しかも全て手作りなので、味も色も栄養バランスもバッチリで感動しました。

今、幼稚園の子に毎日お弁当を作っていますが、朝の忙しさにかまけて冷凍食品に半分位はたよっているのもう少し早起きして「おいしいお母さんの手作り弁当」を持たせてあげて、心と体が健全に、食べる＝生きる事を大切にして(=自分で作って自分で食べて)育ててほしいと思います。

- 自宅では時間がなかったり、けがをしたら危ないなど色々理由をつけてさせていなかったですが、今日参加してとてもうれしそうに楽しそうにしている姿を見て、もう少し調理することの楽しみなどこれから作ってあげられたらいいなと思います。
- 初めは一人でこんなに立派なお弁当が作れるのか不安でした。家に帰ってから一人でお弁当を作ってくれる姿に感動しました。これからは、一緒に台所に立って料理をしていきたいなと思いました。
- 子供がお弁当を作ってくれて嬉しかった。