



2024年度



こどもの森クッキングコース 入会のご案内



こどもの森では「食」とおして健康で過ごしていく知恵を幼児期から育てるための「食育」の活動を行っており、その活動の一つとして園児・小学生対象のクッキング教室を開講しています。「食」には健康をはじめとして食材料のこと、調理のこと、生活マナーのことなど子どもたちが学べるたくさんの課題があります。この中でも子どもたちが大好きなのは、新しい発見や驚きにみちたいろいろな体験のできる調理です。「危ないから」「忙しいから」といって子どもを調理から遠ざけずに、火や道具を上手に使いこなせるように体験していくことは、子どもの自信を育てます。「食」からの子育てをこどもの森がお手伝いいたします。

2024年度のテーマ

テーマは【4つのおさらのクッキング】から「免疫力アップ」~心も体も元気な子~です

こどもの森は2000年にNPO法人に認証されて、幼児から小学生まで本当にたくさんのお子さんが通ってくれました。幼児期から小6年まで続いたお子さんたちが、素晴らしい健康的な身体で卒業していきます。学業にも運動にも意欲的でさらに将来を見据える力が育っています。

自分で調理する子は自立心が高く気配りができるといわれています。こどもの森での活動も子ども達の成長に合わせてできることを任せて自主性を育てていきます。ご家庭や保護者から離れた所でスタッフやお友達と活動することで、自分の役割への意識や責任感が育ちます。

大切な事は繰り返し身につけたいので、毎回だしの基本を学び、体験しています。さらにスパイスを混ぜて作るカレー、おせち料理などを実施しています。また講師を招いての作法教室等の特別講座には保護者参観を行っています。感染防止のため密になる活動は中止する時期もありましたが、状況に合わせて実施を再開し始めています。詳細はその都度ご案内します。

コース日程（一人月1回午前または午後の部に参加）

- | | |
|--------------------------------|-----------------------------------|
| ○まつぼっくり（年中/年長園児対象）おもに第2・3日曜日 | } 10:00~12:00
と
13:00~15:00 |
| ○どんぐり（小学生対象）おもに第1・2土曜日・第4土・日曜日 | |

（両コースとも連休等で日程変更もあり）

- *まつぼっくりコースは、**年中または年長の園児のお子さん対象**とさせていただきます。
- *園児対象コースは、お子さんがクッキングに慣れるまで新規会員と継続会員を分けて実施する場合があります。毎月の活動日お知らせの時にご案内いたします。
- *活動日は毎回前月下旬にこどもの森ライン（またはメール）にてお知らせし、**ご都合のつく日を返信していただいて調整します**。参加日決定後も感染症防止などの理由で中止・変更をお願いする場合があります。その都度お知らせとお願いをいたします。
- *各コースの月会費は、年間の経費を月割りにしています。**お休みの場合もお支払いいただきます**。やむを得ずお休みの時は、他の日に振り替えてご出席ください。翌月以降の振替も受け付けます。参加人数が偏ると活動が十分できなかつたり危険なこともありますので、定員を上回る振り替えはお断りすることがあります。
- *ご不明の点はお問い合わせください。