

No.	区・公民館名	取組の名称	実施時期	取組内容
1	西区・植水公民館	春のケーキ作り教室	4月20日	地域住民を対象に季節に合ったケーキ作りを通して、技術の向上と食に対する理解を深めました。また、子育て世代の方も参加できるように、託児を付けました。定員16名、参加者は15名、託児は6名でした。イチゴのロールケーキと抹茶のババロアを作りましたが、参加者、皆さんが大変満足され、好評でした。
2	北区・宮原公民館	そば打ち教室	12月15日	地域住民に蕎麦の打ち方を学んでいただくとともに、本館利用サークルとの交流を楽しんでもらう。
3	大宮区・桜木公民館	夏休み子ども公民館／親子料理教室の開催	8月3日	市内在住、在学の小学年とその保護者を対象に、プラスチックカップにご飯とおかずを詰めたタンブラーランチや冷製のコーンスープを親子で一緒に作りました。参加人数は20名でした。
4	大宮区・大宮中部公民館	料理講座の開催	12月8日	市内在住・在勤の18歳以上の方を対象に、「手作りケーキでワンアップ！」をテーマとし、季節の行事に即したフッシュドノエルと豆腐のチュロスを作りました。参加人数は8名でした。
5	大宮区・大宮北公民館	夏休み子ども公民館／親子料理教室の開催	7月26日	小学生とその保護者を対象に、親子で料理の楽しさを体験することを目的とした親子料理講座を開催し、手作りピザと冷たいゼリーを作りました。参加人数は20名でした。
6	見沼区・大砂土東公民館	おもてなし料理教室	12月6日	旬の食材を使って、おいしいおせち料理を作りました。
7	見沼区・片柳公民館	クリスマスのおもてなし料理教室	12月15日	クリスマスのテーブルを華やかに飾る料理を作りました。
8	中央区・大戸公民館	暮らしに活かすハーブ講座	4月	ハーブの効用を学び、ハーブティをいただきながらハーブを使ったお菓子作りを学びます
9	中央区・大戸公民館	夏休み子ども教室	8月	小学生を対象にまんじゅうの作り方を楽しく学び食べ物の大切さを学習します
10	中央区・大戸公民館	大戸そば打ち体験	11月	日本伝統の食文化の一つであるそば打ちを体験し、自分で打ったそばで新年を迎えます
11	中央区・上落合公民館	そば打ち講座「打って健康！食べて健康」	11月	本格的な蕎麦作りから、蕎麦の栄養価や含まれているビタミンの成分を知り、食品としての蕎麦を通してバランスの良い食生活について学ぶ
12	中央区・下落合公民館	夏休み子ども公民館「親子でチャレンジクッキング」	7月	小学生が親子で料理を作り、食について考える機会を作る
13	桜区・大久保公民館	食育講座「子ども料理教室」	12月	子どもたちが季節(クリスマス)にあった料理を学年の異なる参加者同士で調理実習を行うとともに食に関する知識を深める
14	桜区・栄和公民館	「そば打ち入門講座」	12月	地域でそばの栽培から手掛けている方を講師に招き「そば打ち入門講座」を実施。和気あいあいとそばを打った後に全員で会食し地域の交流を深めた。
15	桜区・栄和公民館	「うどん作り入門講座」	12月	地域の方を講師に招き「うどん作り入門講座」を実施。和気あいあいとうどんを作った後に全員で会食し、地域の交流を深めた。
16	桜区・大久保東公民館	食育講座 親子で「シューレン」を作ろう	12月	親子で一諸に楽しくクリスマスの伝統的な菓子パン「シューレン」作りをすることにより食育を推進した。
17	浦和区・浦和南公民館	クリスマスお菓子づくり教室	12月7日	クリスマスイベントにふさわしいケーキ(チョコレートノエル)の作り方を学びました。
18	浦和区・大東公民館	食育講座	11月27日	地産地消と地域での食文化への理解促進を高めました。
19	浦和区・南箇公民館	親子公民館「親子の食育教室」	11月25日	小学生とその保護者を対象にスープカレーを作りました。
20	浦和区・南箇公民館	スローライフ講座「手打ち蕎麦作り教室」	12月2日	成人の方を対象に手打ち蕎麦作り教室を開催しました。
21	南区・文蔵公民館	夏休み子ども公民館	7月21日、8月23日	小学生を対象に、料理を通じて地域文化の理解を深め、食育を推進するほか、子ども同士の交流をはかりました。
22	南区・文蔵公民館	男の料理教室 ひとり飯編	11月16日	成人男性を対象に、美味しいひとり飯の作り方を学習しました。
23	南区・南浦和公民館	夏休みふれあい体験教室	8月1日、8月9日	夏休みふれあい体験教室の一環として、料理教室やデザートづくりを行いました。
24	南区・南浦和公民館	快適ライフ料理教室	9月16日、12月14日	「夏の疲れを吹き飛ばす中華料理」、「今年のクリスマスはちょっとおしゃれなフレンチ(南フランス)で」を開催しました。

No.	区・公民館名	取組の名称	実施時期	取組内容
25	南区・谷田公民館	子ども公民館「サマースクール」	7月28日、8月3日	お菓子や料理を作る楽しさとともに異学年の交流を図ることを目的に開催しました。
26	南区・六辻公民館	夏休み子ども公民館料理教室	8月22日	夏休み子ども公民館の一環として、健やかで楽しい食生活をめざした料理教室を開催しました。
27	南区・六辻公民館	親子食育料理教室	12月3日	親子で食の大切さについて学ぶ親子食育料理教室を開催しました。
28	南区・西浦和公民館	夏休み子ども公民館「子ども料理教室」の開催	8月8日	料理作りの体験だけでなく、食に関する知識も深めました。
29	南区・別所公民館	クリスマス料理教室	11月22日	若い世代の方々にも受け入れていただけるようなクリスマス料理の実習を開催しました。
30	南区・東浦和公民館	さいたま市親の学習事業「パパと楽しいお菓子づくり」	7月29日、8月5日	カステラと杏仁豆腐を作りましたマフィン(プレーンとリンゴ入り)を作りました。
31	南区・東浦和公民館	夏休み子ども公民館	7月31日、8月1日	小学生を対象に「料理教室」、「パン教室」を開催しました。
32	南区・善前公民館	夏休み子ども公民館	8月1日、8月9日	『絵本のお菓子をつくろう!』と『料理教室』を開催しました。
33	南区・善前公民館	親の学習事業「ママの笑顔は世界一! パート1」(離乳食講座)	9月13日	乳児を子育て中の保護者を対象に、離乳食を実際に調理して知識・理解を深めました。
34	南区・善前公民館	食欲の秋に食べたいパンとお料理教室	10月6日	秋の野菜をふんだんに使った簡単な料理とパン作りを楽しんで調理しました。
35	緑区・美園公民館	クリスマスクッキング	12月8日	クリスマスを前に成人の方がクリスマス向けの料理作りを通して、食育について学びました。
36	岩槻区・岩槻本町公民館	薬膳料理教室	5月25日	旬の素材を使った薬膳料理を作りました。
37	岩槻区・岩槻南部公民館	そば打ち教室	11月30日	そば打ち体験を楽しみました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（植水公民館）
取組の名称	春のケーキ作り教室
実施時期	4月（20日）
取組内容	<p>地域住民を対象に、季節に合ったケーキ作りを通して、技術の向上と食に対する理解を深めました。また、子育て世代の方も参加できるように、託児を付けました。 定員16名、参加者は15名、託児は6名でした。 イチゴのロールケーキと抹茶のババロア作りでしたが、参加者皆さんが大変満足され好評でした。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

(6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（宮原公民館）
取組の名称	そば打ち教室
実施時期	平成29年12月15日(金)
取組内容	<p>宮原公民館利用サークル「宮原そばの会」の皆さんを講師に招き、本格的な手打ちそばを学びました。毎年実施しているこの講座に14名の方が参加されました。男性5名、女性9名で、リピーターの方だけでなく、初めての方もいらっしゃいました。</p> <p>講師の皆さんは、そば打ちの仕方や茹で方、そば粉の健康への効能などについて、詳しい資料も配布し、懇切丁寧に教えてくださいました。参加者は手作りのよさを感じながらそば打ちを体験しました。参加者のみなさんは講師の先生やサークルの会員さんが打ったそばを食べ、自分が打ったそばをおみやげとして持って帰りました。</p>
	

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（桜木公民館）
取組の名称	夏休み子ども公民館／親子料理教室の開催
実施時期	8月3日
取組内容	市内在住、在学の小学年とその保護者を対象に、小学生でも簡単にできる料理を親子で実践しました。 プラスチックカップにご飯とおかずを詰めたタンブラーランチや冷製のコーンスープを親子で一緒に作り、カップを利用した手軽さが好評であったように思えます。参加人数は20名でした。

【様式2】

食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（大宮中部公民館）
取組の名称	料理講座の開催
実施時期	12月8日
取組内容	<p>市内在住・在勤の18歳以上の方を対象に、技術や知識の習得、料理する楽しさ、一緒に食べる楽しさ等を以て「食」への意識を高めてもらうため、料理講座を開催しました。</p> <p>「手作りケーキでワンアップ！」をテーマとし、季節の行事に即したブッシュドノエルと豆腐のチュロスを作りました。お菓子作り研究者である講師より、お菓子作りのコツやアイデアを伝授していただき、参加者は知識の習得に加え、グループで協力して調理を行うことで盛り付けや試食も含め楽しみながら「食」に触れることができました。参加人数は8名でした。</p>

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（大宮北公民館）
取組の名称	夏休み子ども公民館／親子料理教室の開催
実施時期	7月26日
取組内容	<p>小学生とその親を対象に、親子で料理の楽しさを体験することを目的とした親子料理講座を開催しました。</p> <p>内容としては、ピザとゼリーを手作りし、ゼリーは混ぜていくと化学反応をおこし、目の前で色の変化が楽しめました。</p> <p>協力して作業することで、みんなで作って食べるという楽しさと意義を見直す効果が得られました。参加人数は20名でした。</p>

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（大砂土東公民館）
取組の名称	おもてなし料理教室
実施時期	12月6日(水)
取組内容	旬のおいしい食材を使った、おせち料理を作りました。料理内容は、簡単お赤飯、鶏肉のピリ辛煮、豆腐の寒天よせ、だて巻き、田作り、簡単みつ豆です。 参加人数は、11名でした。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（片柳公民館）
取組の名称	クリスマスのおもてなし料理教室
実施時期	12月15日(金)
取組内容	クリスマステーブルを華やかに飾る料理を作りました。料理内容はレッドキドニービーンズのミートローフ、餅ピザ、さつま芋のポタージュ、ソーダブレッド、手羽先チューリップチキン、スモークサーモンのなます巻き、グリーンサラダ、モヤシの佃煮餃子です。季節の食材を使い、家庭で実践できそうなメニューで大変良かったです。参加人数は20名でした。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（大戸公民館）
取組の名称	暮らしに活かすハーブ講座
実施時期	4月
取組内容	ハーブの効用を学び、ハーブティをいただきながらハーブを使ったお菓子作りを学びます

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（大戸公民館）
取組の名称	夏休み子ども教室
実施時期	8月
取組内容	小学生を対象にまんじゅうの作り方を楽しく学び食べ物の大切さを学習します。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（大戸公民館）
取組の名称	大戸そば打ち体験
実施時期	11月15日(水)
取組内容	日本伝統の食文化の一つであるそば打ちを体験し、自分で打ったそばで新年を迎えます。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（上落合公民館）
取組の名称	そば打ち講座「打って健康！食べて健康！」
実施時期	11月10日(金)
取組内容	<p>本格的な蕎麦作りから、蕎麦の栄養価や含まれているビタミンの成分を知り、食品としての蕎麦を通してバランスの良い食生活について学ぶ。</p> <p>1 日時 平成29年11月10日(金) 9:30～12:30 2 対象 成人の方 3 定員 12人 4 参加者数 10人（男5人 女5人）</p>

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（下落合公民館）
取組の名称	夏休み子ども公民館「親子でチャレンジクッキング」
実施時期	7月27日（木）
取組内容	小学生が親子で料理を作り、食について考える機会を作る。

【様式2】**食育月間以外の月の取組****(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（大久保公民館）
取組の名称	食育講座「子ども料理教室」
実施時期	平成29年12月（平成30年3月3日に開催延期）
取組内容	・子どもたちが季節（クリスマス）にあった料理を学年の異なる参加者同士で調理実習を行うとともに食に関する知識を深めることを目的に開催します。 （当初はクリスマス料理の予定でしたが、ひな祭り料理に変更となりました。） ・対象は小学生（全学年）・16名

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（栄和公民館）
取組の名称	「そば打ち入門講座」の実施
実施時期	12月6日(水)
取組内容	さいたま市が食育の目標として掲げる「さいたま市5つの食べる」のうち、「いっしょに楽しく食べる」、「食文化や地の物を伝え合い食べる」に沿い、地域でそばの栽培から手掛けている方を講師に招き「そば打ち入門講座」を実施しました。 講師との会話を楽しみながら、和気あいあいとそばを打った後に全員で会食し、地域の交流を深めました。 定員:12名 参加者:12名

【様式2】**食育月間以外の月の取組****(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（栄和公民館）
取組の名称	「うどん作り入門講座」の実施
実施時期	12月7日(木)
取組内容	さいたま市が食育の目標として掲げる「さいたま市5つの食べる」のうち、「いっしょに楽しく食べる」に沿い、地域の方を講師に招き「うどん作り入門講座」を実施しました。 講師との会話を楽しみながら、和気あいあいとうどんを作った後に全員で会食し、地域の交流を深めました。 定員:12名 参加者:12名

【様式2】**食育月間以外の月の取組****(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（大久保東公民館）
取組の名称	食育講座 親子で「シュトーレン」を作ろう
実施時期	平成29年12月9日(土)
取組内容	親子で一諸に楽しくクリスマスの伝統的な菓子パン「シュトーレン」作りをすることにより食育を推進しました。 さいたま市食育計画5つの「食べる」のなかの『2 「いっしょに楽しく」食べる』及び『5 「食文化や地の物を伝え合い」食べる』を目標とし、実施しました。 対象 地域の小学生とその親 参加者 8組13人

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（浦和南公民館）
取組の名称	クリスマスお菓子づくり教室
実施時期	平成29年12月7日（木）
取組内容	クリスマスイベントにふさわしいケーキ(チョコレート Noel)の作り方を学びました。30代から70代の16名がグループに分かれ、講師の指導の下、協力し合って、作りあげました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（大東公民館）
取組の名称	食育講座
実施時期	平成29年11月27日(月)
取組内容	<p>地産地消と地域での食文化への理解促進を高めました。 地場産の食材(ヨーロッパ野菜等)を使ってクリスマスに作りたいおしゃれな逸品をつくりました。参加者は18名でその内、男性も1名おりました。グループごとに和気あいあいと調理を行いました。</p> <p>(メニュー)</p> <ul style="list-style-type: none">・レモンクリームソースをたっぷりかけていただく鶏のソテー・自家製ドレッシングとホテルバージョンのシーザーサラダ・即席ブロッコリーのポタージュ・バターライス・アイスクリームをのせたチョコレートブラマンジュ

【様式2】**食育月間以外の月の取組****(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（南筒公民館）
取組の名称	親子公民館「親子の食育教室」
実施時期	平成29年11月25日（土）
取組内容	小学生とその保護者を対象にスープカレーを作りました。親子で協力して料理を作り楽しみ、コミュニケーションを図りながら絆を深め、食を通して心と身体の健康と、豊かな人間性、また自然への感謝の気持ちを育むことを目的に実施しました。 参加者は、14名です。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（南筒公民館）
取組の名称	スローライフ講座「手打ち蕎麦作り教室」
実施時期	平成29年12月2日（土）
取組内容	成人の方を対象に手打ち蕎麦作り教室を開催しました。健康を食から考えてもらい、ファストフード全盛の現代にスローフードの良さを見直してもらうため、自然素材を使って、美味しいおそば作りに挑戦し、食の大切さを学ぶことを目的としました。 参加者は、15名です。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（文蔵公民館）
取組の名称	夏休み子ども公民館
実施時期	7月21日（金）、8月23日（水）
取組内容	小学生を対象に、料理を通じて地域文化の理解を深め、食育を推進するほか、子ども同士の交流をはかりました。 「絶品タコライスをつくろう」を7月21日（金）に開催し、参加人数は18人でした。 「つくろう！カラフルサンドイッチ」を8月23日（水）に開催し、参加人数は20人でした。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（文蔵公民館）
取組の名称	男の料理教室 ひとり飯編
実施時期	11月16日(木)
取組内容	成人男性を対象に、美味しいひとり飯の作り方を学習しました。参加人数は16人でした。

【様式2】

食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（南浦和公民館）
取組の名称	夏休みふれあい体験教室
実施時期	8月1日(火)、8月9日(水)
取組内容	夏休みふれあい体験教室の一環として、料理教室やデザートづくりを行いました。 8月1日(火)は、キーマカレー、トマトとツナのサラダ、フルーツラッシーを調理実習し、19人の参加がありました。 8月9日(水)はバナナのオムレットと牛乳かんのフルーツ入りシロップかけをつくり、19人の参加がありました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（南浦和公民館）
取組の名称	快適ライフ料理教室
実施時期	9月16日(土)、12月14日(木)
取組内容	9月16日(土)は「夏の疲れを吹き飛ばす中華料理」を開催し、14人の参加がありました。 12月14日(木)は「今年のクリスマスはちょっとおしゃれなフレンチ(南フランス)で」を開催し、16人の参加がありました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（谷田公民館）
取組の名称	子ども公民館「サマースクール」
実施時期	7月28日(金)、8月3日(木)
取組内容	お菓子や料理を作る楽しさとともに異学年の交流を図ることを目的に開催しました。 「お菓子を作ろう」を7月28日(金)に実施し、小学生20人がお菓子を作りました。 「料理教室」を8月3日(木)に実施し、小学生19人が料理を作りました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（六辻公民館）
取組の名称	夏休み子ども公民館料理教室
実施時期	8月22日(火)
取組内容	夏休み子ども公民館の一環として、健やかで楽しい食生活をめざした料理教室（メニューは、くまちゃんバーガー、ヨーグルトのカラフルサラダ、ごろごろフルーツのミルクボール）を開催し、23人の参加がありました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（六辻公民館）
取組の名称	親子食育料理教室
実施時期	12月3日(日)
取組内容	《楽しく・おいしく・健康に》親子で食の大切さについて学ぶ親子食育料理教室(メニューは、タコライス、かぼちゃのサラダ、コーンスープ、スイートポテト)を開催し、21人の参加がありました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（西浦和公民館）
取組の名称	夏休み子ども公民館「子ども料理教室」の開催
実施時期	8月8日（火）
取組内容	小学校3～6年生の25名が、料理作りを体験しました。料理を始める前に、10問の「食育クイズ」にチャレンジしてもらい、料理作りの体験だけでなく、食に関する知識も深めました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（別所公民館）
取組の名称	クリスマス料理教室
実施時期	11月22日(水)
取組内容	若い世代の方々にも受け入れていただけるようなクリスマス料理の実習です。 公民館だより及びチラシにて広報しました。 参加人数は15名(男性1名、女性14名)で、20代～80代と幅広い世代の参加がありました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（東浦和公民館）
取組の名称	さいたま市親の学習事業「パパと楽しいお菓子づくり」
実施時期	7月29日（土）、8月5日（土）
取組内容	7月29日（土）は、カステラと杏仁豆腐を作りました。定員は8組募集で、5組10人が参加しました。 8月5日（土）は、マフィン（プレーンとリンゴ入り）を作りました。定員8組募集で、8組17人が参加しました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（東浦和公民館）
取組の名称	夏休み子ども公民館
実施時期	7月31日(月)、8月1日(火)
取組内容	7月31日(月)は「料理教室」を開催し、こうや豆腐入りドライカレー、コールスロー、わかめスープ、グレープフルーツゼリーを作りました。対象は小学生で、22人が参加しました。 8月1日(火)は、「パン教室」を開催し、動物の形をしたパンを作りました。対象は小学生で、24人が参加しました。

【様式2】

食育月間以外の月の取組
 (6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（善前公民館）
取組の名称	夏休み子ども公民館
実施時期	8月1日(火)、8月9日(水)
取組内容	<p>『絵本のお菓子をつくろう!』を8月1日(火)に開催し、餃子の皮とフルーツやチョコレートを使って絵本のお話にでてくるお菓子を作って食べました。20人の子ども達の参加が有りました。</p> <p>『料理教室』を8月9日(水)に開催し、ハンバーグ、コーンスープ、フルーツヨーグルトをさいたま市食生活改善推進員の方に指導してもらい、みんなで楽しく食べました。子ども達、20人の参加が有りました。</p>

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（善前公民館）
取組の名称	親の学習事業「ママの笑顔は世界一！ パート1」(離乳食講座)
実施時期	9月13日(水)
取組内容	乳児を子育て中の保護者を対象に、離乳食を実際に調理して知識・理解を深めました。 8人の参加が有りました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**


提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（善前公民館）
取組の名称	食欲の秋に食べたいパンとお料理教室
実施時期	10月6日（金）
取組内容	秋の野菜をふんだんに使った簡単な料理とパン作りを楽しんで調理しました。16人の参加が有りました。

【様式2】**食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)**

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（美園公民館）
取組の名称	クリスマスクッキングの実施
実施時期	12月8日
取組内容	クリスマスを前に成人の方がクリスマス向けの料理作りを通して、食育について学びました。参加者6名のうち男性が半数を超え、食に対する意欲が高いことが分かりました。講師は丁寧な指導で、分かりやすく、段取りの良さが好評でした。旬の食材を使った行事食を家族や仲間と一緒に食することの楽しみを経験しました。

【様式2】

食育月間以外の月の取組 (6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（岩槻本町公民館）
取組の名称	薬膳料理教室の開催
実施時期	5月25日
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・旬の素材を使った薬膳料理の作ります。 ・参加者数24名(定員24名) ・夏に向けて、食養生のポイントを学びます。 ・献立は以下のとおりです。カッコ内は効果が期待できる効能となります。 ピーマンと豚肉のオイスター炒め(発毛促進、夏バテ予防、がん予防) 玉葱と桜えびの甘辛炒め(強壮、高血圧・血糖降下) 茄子とバジルのみそ炒め(動脈硬化・高血圧予防、虫歯予防) 胡瓜とパインのジューシーサラダ(むくみ・高血圧・暑気・脱毛予防) 焼きアスパラのオリーブオイル和え(脂肪酸を生成しにくい、疲労回復)
	

【様式2】

食育月間以外の月の取組
(6月を除いた4月～12月までの実績)

提出都道府県名 政令指定都市名	さいたま市
取組市町村名	さいたま市（岩槻南部公民館）
取組の名称	そば打ち教室の開催
実施時期	11月30日
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・そば打ちの楽しさを体験します。 ・参加者数16名(定員16名) ・料理を他の人に作ってあげることの喜びを感じます。 ・そばには体に良い栄養素を含んでいることを学びます。 ・そばにはアレルギーがあることを学びます。
