

～おうちでいただきますの日～

毎月19日は「食育の日」、第1日曜日は「ファミリーコミュニケーションの日」

おいしく！おかわり！いきいき！そだつ！ 4月号

親子クッキングのすすめ

料理は、子どもにとって普段経験できないことを体験する機会になります。幼いうちから、食材の感触やにおい、調理の音、味など、五感を刺激される経験を重ねることで、料理への興味をもち始めます。また、包丁や火を使うことで、集中力が養われます。出来上がったときの達成感や、自分で作ったものを食べたときの感動は、自信や満足感、感謝の気持ちにつながります。

