食育実習

11 月 22 日(水)、本校調理室において食育実習を行いました。はじめに中嶋貴子先生から「自立に向けて」と題して、食生活の大切や自炊するにあたり知っておきたい食に関する基本的なことについてお話がありました。

講話の後、先生方を含めて６つの班に分かれ、「炊飯器でつくるチャーハン」「玉ねぎが主役のシュウマイ」「たっぷりわかめとネギのスープ」の３品の調理に挑戦しました。普段、料理をしない生徒が多く、悪戦苦闘する場面もありましたが、グループ内で協力したり、先生からのアドバイスを受けたりしながら完成させることができました。試食では「美味しい」との声が多く上がって皆満足気でした。休日に再度挑戦したいとの声も聞かれました。