

プログラム名	子ども料理科学教室		
団体名	NPO 法人市民科学研究室		区分 講
対象者	小 中 高 小学生は4年生以上を想定しています。	対象分野 学外	

プログラムのねらい

「子ども料理科学教室」は市民科学研究室が独自に開発した、科学実験と料理の技の習得を結合した新しい食育プログラムです。10種類のテーマからなり、それぞれが1回分の講座になっています。実験しながら料理をすることで、「なぜこの調理法でうまくいくのか?」を、五感も使って考えながら自ら探求することになります。料理の技の科学的理屈を知れば、最終的にレシピを見なくても(自分で料理法を考案して)料理ができるようになります。これまでに、数十回の実施経験があり、どの講座でも参加した子どもたちとその親から大きな好評をいただいています。

プログラムの内容

年間を通して10回を実施するのが望ましいですが、どの講座も単独で実施することもできます(ただし、第10回だけは総まとめの講座なので単独ではできません)。

< 10種類の講座のメニュー >

- 1・土鍋でお米をおいしく炊く秘訣
- 2・野菜の甘さを生かしたクッキーづくり
- 3・ダシの秘密をさぐる
- 4・発酵という魔法～小さな生き物(微生物)の大きな力をさぐる
- 5・わかる! 使える! 料理の道具たち
- 6・塩が料理にとっても大切なわけ
- 7・野菜はお友達! ～育てる、作る、食べるのわざ
- 8・豆や卵がカラダに変わる?! ～たくさんの顔を持つタンパク質の不思議
- 9・捨てないでおいしく長持ちさせるわざ～食べ物をとことん生かす保存食
- 10・マイ・レシピでおいしく作ろう! ～煮物、炒め物、和え物、デザート…



令和5・6年度実績	☒ 小学校 ☐ 中学校 ☐ 高校 ☐ 特別支援学校 ☐ その他 () 令和5年度実績(都内) 1校(回) 令和6年度実績(都内) 0校(回)
	☐ 教科 () ☐ 道徳 ☐ 総合的な学習の時間 ☐ 特別活動(クラブ活動、生徒会活動等) ☒ 教育課程外(放課後子供教室、夏休み等の長期休業期間等) ☐ 教員対象研修 ☐ PTA等保護者対象研修 ☐ 学童クラブ・児童館等のイベント ☒ その他(江東区男女共同参画推進センター主催の「こどもお料理団」企画で出張授業)

支援活動の概要紹介

都内もしくは近郊の先進的な農家・農業経営者(数か所)を訪問することを組み入れた「めざせ、子どもシェフ! 一食と農のとびっきり体験」というプログラムもあります。

対応可能な時期	日程が合えば随時可能	必要経費	要相談(実費等) 会場費、食材費、講師報酬、講師交通費が実費となります
その他 会場・定員・必要備品 などについて	・ガスコンロのある調理実習室を使用します。 ・参加する子どもは20名までが標準です。 ・直前の準備に1時間(スタッフのみ)、授業で2時間、出来上がった料理を皆でいただくのに30分、後片付けに30分ほどを要します。 ・市民科学研究室からの派遣スタッフ(講師)は1名もしくは2名です(依頼者の側から当日のサポートをしてくださる方を募集してもらったことがあります)。 ・授業はスタッフと子どもたちだけで行い、子どもたちの保護者は参加しても見学とできあがった食事を一緒にいただくことだけになります。 ・使用する食材などでの制約がありますので、出前のリクエストをいただいた場合には予め個別に相談をさせていただきます。 ・実施日や料金など詳しいことは市民科学研究室までお問い合わせください。		
連絡先	部署名・担当者	上田昌文(市民科学研究室・代表理事)	
	プログラム紹介 WEB	https://www.shiminkagaku.org/kids-cooking/	
	電話	03-5834-8328	
	e-mail	ueda.akifumi@shiminkagaku.org	