

保護者の感想から（一部抜粋）

夏休みの課題にコンテストがあり、食育のよいきっかけとして取り組んでみることにしました。今まで子ども主体で料理はあまりしてこなかったので、隣で教えながら一緒に作り応募しました。思いのほかスポ少や習い事で時間はなく、作るたびに切り方が変わったりと「大丈夫かな」と思う日々でしたが、少しずつ時間も早くなり何とか今日を迎える事ができました。喧嘩しながらも、一緒に台所に立つ時間は代え難いものだと思い、子どもの成長をうれしく思います。貴重な機会をありがとうございました。

最終審査への出場を本人がとても喜んでいたと担任の先生よりご連絡をいただきました。学校の授業で福島について日々学び、今回のメニューに福島の郷土料理や伝統料理を取り入れることに決めました。一人で仕上げられることが出来るのか不安の中、時間の許す限り何度も練習を重ねてきました。最初のぎこちない姿から徐々に成長していく姿を頼もしく思いました。

「料理を食べてくれる人を幸せにしたい」息子の夢は料理人になることです。夏休みに「ふくしまっ子ごはんコンテスト」に挑戦したいと本人から提案がありました。西郷村でとれた野菜で家族を元気にする食事が作りたいと試行錯誤しながらメニューを考えました。何年かたって、将来料理人として社会人になった息子はきっと…このコンテストを思い出すでしょう。あのときキッチンで隣に立っていた父親は、そのとき小さく見えるかもしれません。でも作った料理のにおいや味がきっと2人を2025年にひきもどすことでしょう。

祖母の作った野菜を毎日食べて「このおいしい野菜をつかいたい」と思い、お弁当のメニューを考えていきました。新鮮野菜の一番おいしい食べ方は何かと姉妹で仲良く話し合っている姿が印象に残っています。

小学校の1年生から毎年応募しており、今年は最終審査への出場が決まり、家族みんなで喜びました！最終審査への練習の中で娘の包丁をにぎる姿がとてもかっこよく、頼もしくみて成長が感じられました。ごはんコンテストで貴重な体験をさせていただき感謝いたします。今後も、食を楽しく作って、美味しく食べて成長してほしいです。

最終審査の通知、家族全員とてもビックリしてしまいましたが、「1年生から毎年応募してきて今年最終審査に選ばれたから出場する」と決意しました。親子共々予定が合わず、練習する日を決めていたのですが思うようにならず「やめたい」と思うときもありましたが気持ちを切り替え練習を頑張りました。本番はおちついて、練習の成果を発揮してほしいです。

最近仕事が忙しく、なかなかゆっくり話す機会がすくなくなってしまったお父さんに食べてほしい献立を考えることにしたそうです。お父さんが手軽に食べられて、栄養が摂れるもの、好きなものなどを考えてみると、いろいろな食材や献立が思い浮かんだそうです。試作の度に感想を話したり、家族のコミュニケーションが深まるよい時間でした。このような機会を与えていただき、心より感謝申し上げます。

最終審査への出場が決まり、とても喜んでおりました。地元の食材や郷土料理について調べたり、地元の方々に話を聞いたりと、たくさんの経験ができました。時間を見つけては、一生懸命取り組む姿がみられました。今回の取り組みを通して、「食の大切さ」「感謝」「作る喜び」や「食べる喜び」をたくさん学ぶことができ、娘にとって大きな自信につながったと思います。家族を含めまわりの方に応援いただいたことも励みとなりました。ありがとうございました。

「ふくしまっ子ごはんコンテスト」に応募するにあたり、お弁当のテーマを決めたときから、子どもが地元の野菜に興味を持ち、どんな食材を使うかを一生懸命考えました。「色どり」「栄養」「味のバランス」など一緒に話し合い、工夫を重ねていきました。自分で作ったお弁当が完成したときには誇らしげで、その姿に成長を感じました。このコンテストを通して、福島の食材の良さや料理の楽しさを改めて学び、自信につながったと思います。これからも食を通して、人を笑顔にできる経験を積んではいいです。

小学校1年生の時から9年間、娘とチャレンジをしてきた「ふくしまっ子ごはんコンテスト」も、今年度で最後となります。栄養バランス、地産地消の食材を生かした郷土料理に加え、生活に関するテーマを取り入れた献立を考えてきました。調理の組み立て、技術、衛生面への配慮など練習を積み重ねて身につけてきました。「ふくしまっ子ごはんコンテスト」を通して、自ら創意工夫を重ね取り組む楽しさを実感できたようです。これからも「食」と共に生きる素晴らしい経験を大切にしてほしいと願っています。

親子の話し合いを楽しみながら、会津地鶏や金山かぼちゃ、かおり枝豆や会津丸茄子等の伝統野菜を使った献立にすることに決まりました。「食」は「人を良くする」という考え方を大切に、これからも栄養バランスの摂れた食事で、家族や友人と食を楽しみ、心身の健康を保つことができる人になってほしいです。

メニューを考えるにあたり第一に地元の野菜や特産品を使う事を決め、どうしたら美味しい簡単に作ることができるかを考えて作っていました。どんなに緊張しても、うまくできなくても、挑戦する事が大切だと考えています。この経験が少しでも自信につながれば良いと思います。貴重な機会をありがとうございました。

調理法や手順、味付けなど、もっとおいしくなるようにと努力する姿や段々と手際がよくなっていく様子に感心させられ、娘にとっても親にとっても貴重な時間をいただけたように思います。中学生になって身長が伸びはじめてから、好き嫌いなく何でも食べられるようになり、祖母が作ってくれる旬の野菜の美味しさも、わかるようになりました。食への関心と、作ってくれる人への感謝の気持ちをこれからも大切にして、この経験を未来の自分に役立ててほしいです。

いつの間にか自らキッチンに立とうとする子どもに育ってくれて、親としては感謝と幸せな気持ちでいっぱいです。1年生の時に総合的な学習の時間でいわきの伝統野菜や郷土料理について調べたことがきっかけとなり、着想を得たそうです。コンテストに向けて、自宅の熱源がガスコンロではないため、祖母宅で火加減調整の練習をしました。最後までやり遂げられるよう応援しています。

初めて応募したのは小学1年。そこからコンテストへの参加は、毎年夏休みの恒例となっていました。一生懸命ノートにイラストを描きながらメニューを考える息子が頼もしく思えました。細部までこだわり、考えて取り組んでいる姿はかっこよかったです。今回子どもが考案したメニューがわが家の定番料理になったことがとても嬉しいです。最初から最後まで主体的に考え、取り組み、納得のいく結果になるように繰り返し頑張る経験は、なかなかできるものではありません。ぜひ、今回の経験を自信にし、今後に生かしてもらえたたらと思います。

小学生の時から毎年夏休みの恒例となっていた「ふくしまっ子ごはんコンテスト」の応募も今年が最後となりました。地元の食材について教えてもらったり、食材を作ってくれた学校の友達や祖母など、たくさんの協力があり、挑戦することができたので、皆さんに感謝しているのと、すごく貴重な経験になったと思います。これからもその経験を大切にして、高校生になっても色々な事に挑戦してほしいと思います。