

とちぎ食育応援団日記 第16号

栃木市地域子育てセンターいわふねへ行ってきました！

日時：平成27年7月24日（火） 場所：栃木市地域子育てセンターいわふね
受講者：親子（幼児）12組

講座名 「暑い夏を元気に過ごすために」

講師 よつ葉生活協同組合 松下 孝子氏他

食べ物の力で
夏をのりきりましょう。



夏のおすすめの飲み物として、甘酒や果物酵素シロップジュースの作り方を教えてもらいました。甘酒は、江戸時代、夏の栄養ドリンクとして飲まれていたそうです。子どもたちにも、大好評で、おかわり欲しさに泣き出す子もいました。その他、チキンナゲット作りにも挑戦し、「家でも作ってみたい！」と、保護者の方からも好評でした。

甘酒は、江戸時代、夏の栄養ドリンクとして飲まれていました。



チキンナゲットも簡単に作れます。



親子で丸めてみましょう



材料を入れて、もみもみして・・・

