

25

対象年齢 小学4年生～(一般可)

対応可能人数 20～30人

必要時間 180分(短縮可)

講座名称

エコ・クッキング

講座概要

地産・地消、省エネ、食品ロスを削減するなどの視点からエコクッキングを実施します。
おいしくいただいて、その後一緒に考える時間を持ちます。

講座内容

- 1 エコクッキングってなあに?(買う、調理する、片づける、処理する)
- 2 どんなことに気をつけて作る?(目標を決める)
- 3 エコクッキングに挑戦!(実習)
- 4 会食
- 5 片づけ
- 6 ふりかえり
 - A 調理で工夫したところは?
 - B 全部食べた?
 - C 片づけで気をつけたことは?
 - D 残ったゴミの量は?

講師紹介

山口消費生活研究会

その他

- ・ 調理室での実施となります。
- ・ エプロン、三角巾、マスク、マイハシ(マイスプーン・フォーク)、マイお茶をご準備ください。
- ・ 材料費300～500円/人