

3. おいしい放課後

◎ 参加人数 23 名

◎ 活動の趣旨、発足の経緯

食事作りの楽しさについて体験を通して感じてもらいたい、簡単でおいしい食事を皆で楽しく作り、共に食べる活動を行いたいという思いから、「おいしい放課後」料理教室を行うこととした。

「おいしい放課後」は、食品栄養学科平本ゼミが以前から開催しており、大学生の共食、共調理行動を増やすきっかけとして成果を上げている。

◎ 活動内容

- ◆第1回 7月19日(金) 参加者 27名
テーマ:「パエリアを作ろう!」
メニュー: パエリア、具沢山ミネストローネ、桃のムース



- ◆第2回 11月5日(火) 参加者 25名
テーマ:「ピザを作ろう!!」
メニュー: ピザ、クラムチャウダー、かぼちゃの焼きプリン

- ◆第3回 2月10日(月) 参加者 13名
テーマ:「バレンタイン ver」
メニュー: 抹茶とホワイトチョコのマフィン、濃厚チョコムース



本プロジェクトは、大学・学年・学部・学科・性別の枠を設けずに参加者を募り、4~6人組のグルー

プで調理・会食を行なう。

食材費等は、さなぎプロジェクトから頂いた助成金で賄っているため、参加費は無料としている。毎回メニューテーマを設けることによって、季節の食材や行事を意識してもらうことを心がけている。宣伝は、ポスター、ホームページにより行なった。イベントの構成は次の通りである。

- 1) 始まりの会・班内自己紹介 (10分)
- 2) 調理デモンストレーション (15分)
- 3) 調理 (80分)
- 4) 会食 (30分)
- 5) 終わりの会 (10分)
- 6) 後片付け (15分)
- 7) アンケート記入・記念撮影 (5分)

調理デモンストレーションは、本プロジェクトメンバーが行い、参加者に調理のポイントや流れを説明する。

◎ 活動して考えたこと、今後の課題

今年度開催した、計3回のおいしい放課後では、食への興味が強い食品栄養学科の学生だけでなく、様々な学科から多くの参加者が見られた。グループ内には、初めて会う人も居たが、調理を行っていくうちに徐々に打ち解け合い、楽しそうに会食する姿が多く見られ、活動の趣旨に沿った活動が出来たと考える。

メニューの設定にあたっては、①難易度がそれほど高くない、②家庭では作る習慣がなく大学生の興味を引く料理、という2点を意識して設定している。

1回目では、学生が好み、普段なかなか作る機会が少ないメニューとしてパエリアを作ることとし、フライパンで簡単に作ることが出来るよう調理を工夫した。アンケートでは、「こんなに簡単にパエリアを作れるとは思わなかった。」という意見が多くあり、趣旨にあった活動であったと考えられる。

また2回目は、前回のアンケートで希望の多かつ

3. おいしい放課後

たパンを取り入れたメニューとした。調理に時間がかからず、楽しく作ることが出来るピザを選択した。アンケートでは多くの参加者から「ピザ作りがとても楽しかった」という意見があった。これらの参加者の様子や参加者の意見を通して、私たちの思いを伝えることができたのではないかと感じている。

3回目は、季節の行事のバレンタインを取り入れ、家でも簡単に作れるチョコを使ったお菓子をテーマにした。参加者は初対面の人とも役割を分担して、仲良く協力しながら楽しそうに調理をしていた。「簡単に美味しかったし家でも作りたい。」という意見もあった。

今後の課題は時間管理である。1・2回目の活動では、予定していた時間内に活動を終わることが出来なかった。タイムスケジュールに沿って、調理を進めていくことが必要である。3回目の活動時の反省としては、材料が人数分ぎりぎり、一人分の量が少なくなってしまったことである。これは、次年度の引き継ぎとして3年生が企画を担当したことも関係している。今後は、材料を余計に用意しておくよう注意したい。これらの反省を次年度の活動に活かしていきたいと思う。

