

お父さんと一緒に おやじの会

～呉中央土曜倶楽部～

呉市立呉中央小学校

呉中央小学校には「呉中央土曜倶楽部」というおやじの会があります。子どもたちと一緒に楽しむことができる活動を考え、実践しているお父さんたちの会です。昨年度は、「みんなでラジオ体操」「バザーと外遊びの会」「餅つき」を行いました。そこでは、食べることも取り入れています。みんなで作って食べる活動は大人も子どもも笑顔いっぱいになります。外遊びの会では、カレーを作りました。飯盒でご飯を炊き、お父さんたちが心を込めて作ったカレーをかけて食べました。餅つきでは、ついたお餅と鍋をいただきました。お父さんたちから「体が温まって、栄養たっぷりの食べ物を教えてほしい」という依頼を受けた栄養教諭が提案した「特製ちゃんこ鍋」です。みんなで協力して作って食べることを通して「おいしく」「楽しく」「笑顔いっぱい」の輪が広がっています。

外遊びの会



おいしい
カレーになあれ。

飯盒で御飯を炊く
のは楽しいね。



餅つき



餅つきも
小中一貫
だね！

おいしいね。



「特製ちゃんこ鍋」レシピ 1人分

【材料 (g)】

とりだんご
にんじん…10
ごぼう…10
だいこん…20
たまねぎ…20
豆腐…20
油あげ…3
にら…5
中みそ…15
みりん…3
だしこんぶ…1
水…100

【作り方】

- ① 材料を切る。
- ② 出しこんぶでだしをとる。
- ③ しっかり混ぜ合わせる。
- ④ だしに、野菜、油あげを入れて煮る。
- ⑤ 材料が煮えたら豆腐を加える。
- ⑥ とりだんごを作り入れる。
- ⑦ 中みそ、みりんで調味する。
- ⑧ にらを加えてできあがり。