

日本の主食「お米」を通して食育に取り組みませんか？

PTA行事・家庭教育学級や親子教室のお手伝いをします。

PTAの親睦・交流会・研修会や家庭教育学級など

お互いに顔を合わせる機会が少ないのでほぼ初対面の方同士が、PTA行事の業務を一緒にこなさなければなりません。飾り巻き寿司レッスンを通して短時間でコミュニケーションを取ることができます。

いつもの茶話会・食事会ではなく飾り巻き寿司レッスンをぜひご活用ください。身近な食材で作る飾り巻き寿司はご家庭でもすぐに実践していただけます。

また、巻き寿司にもぴったりの北条米を使い、自然豊かなつくばの恩恵をいただきながら、地産地消の一助になれば幸いです。



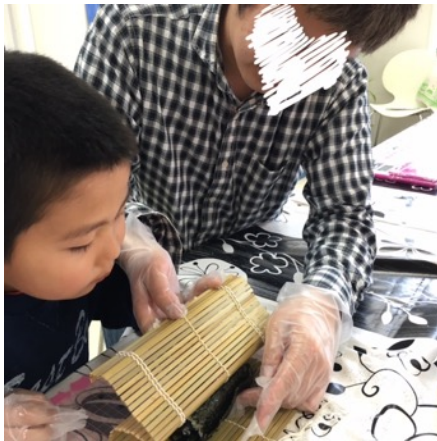
親子教室

日本の主食であるお米を子どもたちにたくさん食べて好きになってもらいたい。

そんな願いを込めて、つくば市を中心に出張型の飾り巻き寿司教室を主宰しております。

机上の食べ物の授業もおもしろいですが、飾り巻き寿司レッスンはお料理だけごはんを具材と混ぜ合わせて色付けしたり、ごはんを組み合わせでモチーフ（絵柄）を作ったりとまるで工作のように楽しいです。

レッスンでは、飯米と調理済みの具材を用意しますので火を使うことはありません。調理室にこだわらずにレッスンすることができます。



飾り巻き寿司の特徴は「作って楽しい」「見て楽しい」「食べて楽しい」

1. 飾り巻き寿司はカットするまでどんなモチーフ（絵柄）が出てくるのか分からないワクワク感。
2. 自分で巻いた飾り巻き寿司はご自身のみならず、それを見た人はあまりの可愛さに気分がウキウキ楽しくなります。
3. そんな飾り巻き寿司は様々な具材の組み合わせ効果により、食べてもとても美味しいのです。普段は酢飯が苦手なお子様も飾り巻き寿司ならたくさん食べてくれる～とおっしゃるママさんやおばあちゃまがほとんどです。

わが子に食べさせたい思いから始めましたので使用する食材にもこだわっています。

- お米・・・筑波山麓で丹精に作っている吉原農園の北条米
- 海苔・・・お味は抜群、焼きたての丸山海苔店
- 玉子・・・天王原養鶏園の二卵黄
- お水・・・すべてに水素水を使用しています

作った飾り巻き寿司はラッピングしてお持ち帰りします。ご家族で楽しみながらご試食ください。

レッスン時間 : 1時間～1時間半

レッスン人数 : 4名～20名くらいまで

レッスン料 : PTA関係者様特別プラン お一人様2,000円（材料費・教材費込み）

持ち物 : エプロン、ハンカチ

 **ハピマキ** つくば飾り巻き寿司教室 坂口美有紀 電話：080-5961-0141