

平成 25 年度 男女共同参画講座  
◆◆◆基本の料理教室～準備から後片付けまで～◆◆◆  
事業報告

日時 平成 26 年 2 月 23 日 (日) 午前 10 時  
場所 五所川原市中央公民館 調理室  
講師 五所川原市食生活改善推進員  
三森敬子さん、齋藤良子さん  
参加者 10 名  
参加費 無料



料理はいつもパートナーにまかせっきりで、料理をしたことがない方、将来自分が料理をすることになったときのために勉強しておきたい方、とにかくやってみよう!という方を対象に基本の料理教室を開催し、10名の方が参加しました。

講師には、五所川原市食生活改善推進員の三森敬さんと齋藤良子さんをお迎えし、昔ながらの日本の食事「一汁三菜」(根菜の煮物、ほうれん草のおひたし、焼き魚、貝だくさん味噌汁)を教えていただきました。

参加者は、A、B、C、Dの4つのグループに分かれ、交代で包丁を握ったり、手のあいた人は使用した調理器具を洗ったり、互いに協力し合って調理を進めていました。

講師の三森さん、齋藤さんは各グループを見て教えてくださり、大変スムーズに調理が進んでいきました。

調理後全員で試食し、貝だくさん味噌汁はかつおだしの味が良く出ていて、味噌の量が少なくても十分おいしく食べられると大変驚いていました。



### 参加者の感想 (アンケート一部抜粋)

※料理教室のご意見・ご感想、希望するテーマやメニュー等を自由に書いていただきました。

- ・ カレイ (魚) の煮付けなど良い。
- ・ 津軽の郷土料理。じゃっぱ汁、けの汁などの作り方。
- ・ 今まで料理教室は参加してみたかったのですが、平日が多く参加できずにいたところ、今回は日曜日だったので参加できました。とても勉強になりました。今後も土日であればぜひ参加したいと思います!スイーツ作り教室なんかあれば参加したいです!
- ・ 今回のメニューのように、日常で活用できるメニューが良い。さらに、なかなか作り方がわからない洋食も興味があります。
- ・ 分かりやすい説明で、時間もかからず、家でも作りたと思います。今回のような健康的なメニューがいいです。
- ・ 自分の家の味と同じくらいの味でよかった。根菜が思ったより簡単でおいしかった。男性の方々がてきぱきと動き驚きました。また参加したいです。



- ・煮物を最初油でいためるところなど大変参考になった。機会があればまた参加したい。
- ・中華料理を作りたい。(プリプリのエビチリ等) 簡単なデザートもつけて。
- ・肉料理、魚料理、その他もっと知りたい。



今回の料理教室は、広報での募集をしてからすぐに定員の半数以上の申し込みがあり、関心の高さがうかがえました。

男性の参加者も女性の参加者もそれぞれが、今回の料理教室で教えていただいたことを家庭で実践できれば、ますます男女共同参画社会の実現に近づいていくのではないのでしょうか。

男女共同参画講座を通して、少しでも固定的性別役割分担の解消への一歩となっていくことを願っています。