

# PEP UP 通信

## 🍴 ペップキッチンについて

ペップキッチンは子ども達の健康と成長を食の観点からサポートすることを目的としています。食べることは、子ども達が成長するうえで基盤となり、もっとも重要なことであると考えます。

ペップキッチンではその「食」の部分を育むために、子どもたちがコックさんの格好をして料理体験を行っています。実際に調理器具を使いながらお料理し、調理における食材の変化を目の当たりにすることによって、食への興味・関心が芽生え、料理をすることの楽しさ、喜び、苦労を実感し、その体験を家庭で振り返り、役立ててもらえることを期待しています。



ペップキッチンでの料理体験を通して、様々な子どもの成長を観察することができます。保護者からは、『自分で一生懸命作ったものは、たとえ自分が嫌いな食材が入っていても、食べられた』とか、『家庭でお手伝いするようになった』という声が聞かれます。また、一人っ子の小学生が、隣で調理をしている未就学児の子の面倒を見てくれたり、自閉症を持った子が、90分の長い時間を調理に集中して最後までやり遂げられたりしたことがありました。

材料自体は家庭でも準備出来るものでありながら、家庭料理にはないようなペップキッチンにきたから体験できるメニューを作ることが出来るのも魅力の一つであると思います。子ども達から、「お料理楽しかった」「おいしかった」「またやりたい」という声もたくさん聞けるよう、スタッフも日々メニューの考案や授業の教え方など思考錯誤しております。

まだまだ、ペップキッチンは子ども達と同じく、発達段階であり、壁にぶつかることもあります。頼もしく愉快的なスタッフが真摯に子どもたちと向き合い、ペップキッチンをよりよくしようと日々努力しているおかげで、少しずつですが成長しております。これからも子どもたちとともに成長していけるように努力してまいります。

PEP Kids Koriyama キッチンリーダー 井村祐美

## 【ペップキッチン】 ※2014年1月現在

第1クール 10時30分～ 3歳以上

第2クール 13時30分～ 3歳以上

第3クール 16時00分～ 4歳以上

◎ 第1・2クールは保護者の参加が可能。第3クールはお子様のみ。

◎ 予約制です。午前9時30分から午後6時までに電話で、024-953-5232へ。みなさまの参加をお待ちしております！

クールごとにメニューが変わります。



キッチンスタッフのサポートを受けながら、料理を楽しむ子どもたち

## ♪ ペップキッチン 去年の人気メニュー♪



2色の手ごねピザ  
【2013年9月・10月】



お雛さまミルフィーユ  
【2013年3月】

## ★今月のPEP Kids Koriyama★

### 食育ワークショップ

『食材に触れてみよう ～小麦粉粘土を作ろう～』

28日(金) ①11時40分 ②15時40分

小麦粉に水を加えて、粘土を作りましょう。各40分程度。

対象は2歳以上のお子さんと保護者。参加無料。

受付は、当日①11時20分 ②15時20分から。

各回先着10組限定。

最新情報は、NPO 法人郡山ペップ子育てネットワークのホームページをご覧ください。スマートフォンからも閲覧可能です。



NPO 法人郡山ペップ子育てネットワーク  
〒963-8803 郡山市横塚一丁目1-3  
Tel:024-942-6777 Fax:024-942-6778