

## 令和4年度公開講座「すこやか子育て支援講座」第3回を開催しました。

令和4年 11月 12日(土)、令和4年度 鹿児島女子短期大学公開講座(かごしま県民大学連携講座・鹿児島市教育委員会後援)「すこやか子育て支援講座:第3回『かんたんおやつ(デモンストレーション)』(本学 生活科学科 木戸めぐみ 助教)」を開催いたしました。

### <受講生の感想>

・短い時間で、さつまいも料理をたくさん紹介してもらえ、家でもチャレンジしてみようと思えるメニューだった。さつまいもの栄養素は、知らないこともあったので、改めて魅力に気付かされた。家で調理するポイントや、どんな食材と合うかなどアレンジも教えていただき、楽しく充実した時間だった。

・今が旬のサツマイモを使ったおやつ作りで、とても参考になりました。時間で5つのおやつデモで、すごくテキパキと先生が作っていかれて、すごいなーと思いました。でも、どれも簡単に作れそうなもので、家でも作ってみようと思えるレシピでした。子どもとも一緒に混ぜ混ぜなどお手伝いしてもらいながら作りたいなーと思いました。

・専門家である先生の講座を受講することが出来たこと、短い時間で5品のレシピやお芋に関する知識を学べたことが有り難かったです。今回のレシピを参考にして、実際に子どもに作ってあげたいと思いました。

・帰ったらすぐに習ったものを作って、おやつにしました！食材も季節にあっていて、身近にある材料だったのでよかったです。ありがとうございました。

### <講座の様子>



講座名:『かんたんおやつ(デモンストレーション)』

日 時:令和4年11月12日(土)10:30~11:30

場 所:本学南館 201 調理室

講 師:木戸めぐみ(鹿児島女子短期大学 生活科学科 助教)

参加者:5名