



実験しながら料理を作る 新しい食育プログラム 子ども料理科学教室 参加者募集

第9回
11月15日
(日)

子ども料理科学教室は、
NPO法人市民科学研究室が独自開発した、
科学実験と料理の技の習得を結びつける、新しい食育プログラムです

第9回は「捨てないでおいしく長持ちさせる技 ~食べ物をとことん生かす保存食」

即席ラーメン、冷凍食品、乾燥剤など技術の進化による保存とともに
日本の伝統的な保存食について学びながら、「保存」の仕組みを知る
そして、食材を無駄にしない調理を考える
身のまわりの「保存食」への興味や食材を無駄に捨てることなく
おいしく食べることの意識を学ぶプログラムです

使用する材料は、ポランのオーガニック＆ナチュラルフーズです



www.shiminkagaku.org



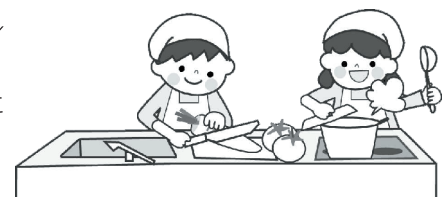
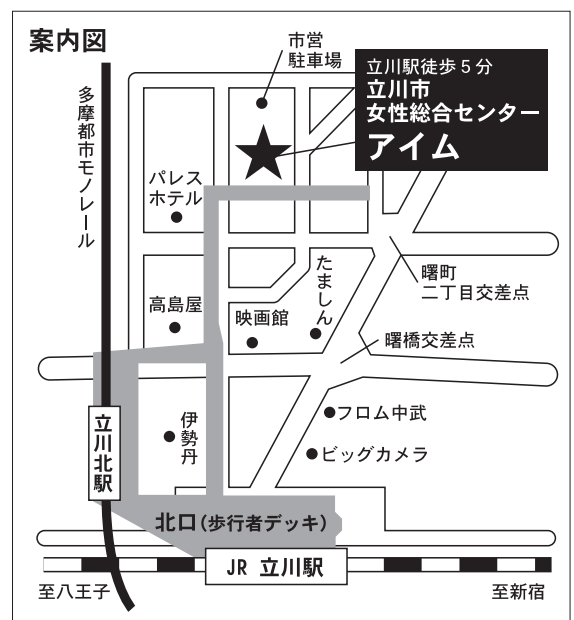
www.polan.tokyo.jp/

全10回 スケジュール&テーマ

第1回	4月26日(日)	土鍋でお米をおいしく炊く秘訣
第2回	5月17日(日)	野菜の甘さを生かしたクッキーづくり
第3回	6月21日(日)	塩が料理にとっても大切なわけ
第4回	7月19日(日)	野菜はお友達！ ～育てる、作る、食べるの技
第5回	7月26日(日)	わかる！使える！料理の道具たち
第6回	8月09日(日)	醗酵という魔法 ～小さな生き物(微生物)の大きな力をさぐる
第7回	9月21日(月)	ダシの秘密をさぐる
第8回	10月18日(日)	豆や卵がカラダに変わる!? ～たくさんの顔を持つタンパク質の不思議
★第9回	11月15日(日)	捨てないでおいしく長持ちさせる技 ～食べ物をとことん生かす保存食
第10回	12月20日(日)	マイ・レシピでおいしく作ろう！～煮物、炒め物、和え物、デザートetc.

第9回 子ども料理科学教室 開催要項

日 時	11月15日(日) 10:00～12:00
プログラム	10:00～12:00 「捨てないでおいしく長持ちさせる技 ～食べ物をとことん生かす保存食」
会 場	女性総合センター アイム料理実習室 東京都立川市曙町2-36-2 (立川駅北口徒歩5分)
対 象	小学4年～中学3年生 (小学3年以下と高校生は応相談。保護者の参観は可)
定 員	先着30名まで
参加費	子ども500円 ★会場でお支払いください
持ち物	エプロン、三角巾(バンダナやキャップ)、タオル(ハンカチ)、 筆記用具
主 催	NPO法人市民科学研究室 www.shiminkagaku.org NPO法人ポラン広場東京 www.polan.tokyo.jp/
お申込み	TEL・FAX・mailで以下の事項をお知らせください 参加者氏名(ふりがな)/学年・年齢/保護者氏名(参観の有・無)/住所/ TEL/mail *お知らせいただいた個人情報は厳重に管理し、当プログラムに関する手続きにのみ使用します
問 合 せ	ポラン広場東京事務局 TEL:0428-22-6821 mail:office@polano.org



子ども料理科学教室 申込用紙 FAX:0428-25-1880

ふりがな 参加者氏名	学年 様 年齢 歳	ご住所 〒
ふりがな 保護者氏名	様 参観 有・無	電話番号 () mail

ご記入いただいた個人情報は厳重に管理し、当プログラムに関する手続きにのみ使用します