

アレルギーのある
お子さんとママを
応援します!

食物アレルギー除去レシピ 料理教室を開催します

参加費無料

食物アレルギーのあるお子さんがいるご家庭で、是非、取り入れていただきたい
レシピの体験教室です。卵、小麦粉、乳製品を使わない
献立の調理を、最新のガスコンロを使って体験いただけます。



- ① 鶏のコーンフレーク焼き グリル野菜添え
- ② 小松菜とベーコンの具だくさんスープ
- ③ アマランサスごはん

大阪・門真市にある「おおわだ保育園」では、「アレルギー対応食」をアレルギーのない子も含めた全員で食べる、画期的な「なかよし給食」を実施しています。アレルギーがある子が食べられるものを、みんなで食べているのです。

そして、「なかよし給食」のレシピは、おいしさにこだわった代替食材の考え方を取り入れています。

小麦を米粉に、乳製品は豆乳に変えるなど、専門店ではなく身近なスーパーで手に入る食材を駆使してレシピを考案しているのです。

レシピを開発した栄養士・山口香代子先生の指導で、「なかよし給食」のレシピから、特に子ども達に人気の一品を主菜にした献立を作ります。ぜひご家庭でも応用していただけたらと思います。

日時 平成26年4月24日(木) 11時～13時半

会場 東京ガス「Studio + G GINZA」(スタジオ プラスジー ギンザ)

定員 24名

応募方法 ウェブeduからお申し込みください

<http://family.shogakukan.co.jp/family/edu/>

*申し込み受け付けは2月20日(木) からになります

締め切り 平成26年3月31日(月)

ご応募いただける方

食物アレルギーに悩むお子さんをお持ちの保護者の方で、アレルギーに対して知見があり、参加者ご自身に食物アレルギーがない方。

*会場につきましては、通常の料理教室を開催している施設となるため、食物アレルギーに対する特別な洗浄等はありませんので、ご了承のうえご参加ください。

主催:NPO法人 アレルギー児を支える全国ネット「アラジーポット」

小学館「edu」編集部・「新幼児と保育」編集部



講師

山口香代子先生

(「おおわだ保育園」栄養士)

給食会社の保育園担当栄養士、学校栄養士などを経て現職。3年前から「なかよし給食」の実践を開始。「食いしん坊」を育て、「生活力を育む食育」をめざし、体によいもの、旬のものをおいしく食べる献立作りを心がけている。2013年にレシピ集『おおわだ保育園 卵・乳製品除去の「なかよし給食」(小学館)が発売された。

