

食育・ミニコラム

## 子どもと一緒に作った思い出の行事食が今…

子どもが小さいときから、その季節の旬のもので料理をしたり、行事食、例えば、お月見の季節にはお団子などを作ったりして、家族で食べることにしていました。基本的に、簡単にできるメニューで、私の楽しみ程度と考えていたので、子どもが大きくなるまでと思って無理なく取り組んでいました。

その子どもが大人になり、今はもう子をもつ親になりました。ふと気づいたことですが、その子が今度は、親として、子どものために行事食をつくろうとしていたのです。そのとき、自分のしていたことが子どもの心に残っていて、子どもの子どもにまでつながっていったことに、途中でやめないで続けてよかったなと思い、嬉しくなりました。



### 作成委員(家庭教育サポーター)の紹介



**のんちゃん(40歳代)**

情報誌作成会議がとても楽しく参加できました。食を通して子どもたちへのいろいろな母の思いを、先輩方から話を聞かせてもらい、今後の子育てに役立てていきたいと思いました。



**さっちゃん(60歳代)**

子育て中は楽しいことも大変なこともあります。子育てに悩んだら一人で抱えこまず、ぜひまわりの人に話をしてください。親が笑顔でいると子どもの心も安定するものです。「地域の宝」を一緒に育てていきましょう。



**かなちゃん(40歳代)**

子どもが大きくなるほどに、子どももやらなくてはいけないことが増えます。「今日も一日、楽しかったなあ」「(今日のごはん)おいしかったなあ」って過ごしてくれたらいいなと思っています。



**そらさん(50歳代)**

親は自分を信じて笑顔で子どもを待てば、子どもは自分で切り開いていけるのだと実感しています。親と子どもともに成長していく物語は人の数だけあるのです。子育てに失敗はありません。経験が大切なことと思います。



※作成会議に参加した感想、または、子育てについて感じていること