

★参加者の職種

職種	園長	管理栄養士	栄養士	調理師	調理補助	保育士	その他	合計
人数	0	9	13	2	1	0	0	25

1. 本日の研修はいかがでしたか？

回答	①大変良かった	②良かった	③ふつう	④良くなかった	合計
人数	18	7	0	0	25

①「大変良かった」の理由

☆新しいメニューを学ぶことができて良かった。

- ・自分では思いつかないレシピや色々なレシピを知ることができたり、リゾットやゼッポリーニなど、普段、園で作ることのないメニューを作れたことが良かったです。
- ・短時間で4品も作れて、美味しく、見た目も鮮やかな料理を学ぶことができました。

☆リゾット米について

- ・リゾット米の特徴や調理方法がわかりました。
- ・リゾットは2種類の味を作って食べ比べができ、とても勉強になりました。
思ったよりも簡単で、うま味が凝縮されていて美味しかったです。園でも取り入れたいと思いました。
- ・昨年リゾット米をいただき園でとても好評でした。収穫したトマトを使用して作りたいと思いました。

☆情報交換の場になったことが良かった。

- ・普段なかなかお話しする機会のない、沢山の栄養士さんと調理実習ができてとても良い時間でした。
- ・他園の状況を聞いたり、先生方との交流の場になり楽しかったです。

☆その他

- ・前回の実習で「アレルギーにも対応できる献立を知りたい」と書いたので
今回実際に学ぶことができて良かったです。
- ・作り方の説明がとても分かりやすくスムーズに実習できました。
- ・新しいメニュー作りのきっかけができました。持ち帰っていろいろ相談したいと思います。

②「良かった」の理由

- ・他園の栄養士の方々と情報共有でき、年齢の近い方と知り合うことができて良かったです。
- ・作ったことのない料理（材料・調理法）、使ったことのない材料（リゾット米）を知ることができて
良かったです。今まで持っていなかった知識を身につけることができました。
- ・もう少しアレルギー対応のメニューがあると嬉しかった。

2. 「アレルギーフリーの献立」について

回 答	①大変参考になった	②参考になった	③ふつう	④参考にならなかった	合 計
人 数	14	11	1	0	26

※①と複数回答1名

①「大変参考になった」の理由

☆豆腐ドーナツについて

- ・卵、乳、卵を使用していないので大豆アレルギー以外の子は食べられる。アレルギー児が皆と同じおやつを食べられることで「もっと食べたい」という気持ちを持ってくれたらと思います。
- ・白玉粉と米粉を初めて使いました。卵が無くてももちもち、ふわふわと美味しいお菓子が出来ることがわかり良かったです。
- ・砂糖を入れ忘れたら生地が全くまとまりませんでした。しかし砂糖を入れた瞬間にまとまり始めたのを見て、調味料にも役割があり分量を守らなければならない理由がわかりました。
- ・油の温度が高くて見た目は失敗しましたが良い勉強になりました。
- ・丸める時はふわっと丸めるイメージで、スプーンやディッシャーを使って成型すると良いことがわかりました。

☆ゼッポリーニについて

- ・青のりの香ばしさとチーズの相性がよく手軽に作れる揚げパンでした。
- ・パンを1から作ることは難しいと思っていましたが、中力粉を用いることで短時間で簡単にできることがわかりました。

②「参考になった」の理由

☆豆腐ドーナツについて

- ・豆腐ドーナツは良く作りますが、米粉や白玉粉では作ったことがなかったので参考になりました。
- ・卵不使用でふわっと作るコツを丁寧に教えていただき良かったです。

☆ゼッポリーニについて

- ・発酵の回数も少なく（1次発酵のみ）美味しいため子どもたちにも喜んでもらえそう。

☆要望、その他

- ・卵無しのスポンジケーキ、キッシュの代替メニューなど、他にももっとアレルギー対応のメニューを紹介していただけたらもっと良かったです。
- ・発酵について、どのようにしたら美味しくできるか学べたため参考になりました。

③「ふつう」の理由（①と複数回答1名）

- ・小麦アレルギーの子のおやつに豆腐と米粉を使ってみようと思います。

3. 本日の研修の感想やご意見、今後のご要望等をご記入ください。（自由記述）

☆感想

- ・初めて調理講習会に参加させていただきました。普段使わないリゾット米で本格的にリゾットを作れたのは勉強になりました。器ごといただけるパプリカのキッシュは発想が素敵で見た目もきれいですごく良い実習になりました。貴重な経験をさせていただいてありがとうございました。
- ・作り方だけでなくドライイーストと塩の関係性等、作用やポイントも一緒に伺え、とても参考になりました。職員と共有し今後も美味しく園児に喜ばれる給食を提供していきたいと思います。貴重な研修に参加させていただき、ありがとうございました。
- ・アレルギーフリー献立で使用した米粉と白玉粉も割合を変えると持ちちり具合が変わるようなので試作してみようと思いました。ドーナツも丸め方や揚げ方で固さが変わるのでコツをつかめるようにしたいです。
- ・リゾットについて、ガス炊きの方法で作りましたが、人数が多くなっても鍋での加熱でできるのか、また、スチコンを用いてできるのかが知りたいです。
- ・ハレの日メニューのような特別感があるメニューもこれから探して行こうと思いました。そしてやっぱり食べてもらうには味も大事ですが、何よりも見た目が良くないと口に運んでもらえなかったりネガティブに思われてしまったりするので、揚げ物や盛り付けに注意しようと思いました。
- ・大豆アレルギーの子が増えているので、小麦・乳・卵・大豆を使わないレシピがあると嬉しいです。

☆今後の要望

- ・アレルギーフリーのクッキー、離乳食の展開レシピ、離乳食の形状、FeやCa強化の献立、他のアレルギーフリー献立、イベント食（クリスマスや誕生日会など）のデコレーション、米粉のグラタンなど、米粉をメインにした実習、乳製品を使わない料理、アレルギーフリー献立でなくても、アレルギー時の展開等のアレンジなど。

☆その他

- ・他の園の方との交流の場になったらと企画していますとの先生のお言葉が嬉しかったです。同じ班の方と、普段のちょっとした悩みなども話すことが出来て、明日からも頑張ろう！と元気をもらいました。ありがとうございました。

☆まとめ☆

普段使わない材料や献立を作ることで勉強になった、見栄えもよく美味しい料理が短時間で4品できたことで、園に持ち帰って早速取り入れたい、また、もっと色々なレシピを学びたいという声がたくさんありました。他園の方々と情報交換できたことも良かったようです。リクエストもたくさんありましたので実現していただけたらと思います。