



対象は3歳から6歳！子ども主体で行う正統派和食弁当作り

親子和食卓育プレキッズお弁当講座

～2017年9月10日（日）より開講～

2017年7月吉日

一般社団法人日本和食卓文化協会

一般社団法人日本和食卓文化協会（代表理事 梶谷順子）は、未就学児を対象とした「親子和食卓育プレキッズお弁当講座」を2017年9月10日（日）より開講いたします。母親のサポートを借りながら、子どもが主体でお弁当作りを行うことで、食材や器、文様などから“総合的な日本の旬”を学べる和風弁当講座となっています。



季節の食材や漆弁当箱・手ぬぐい選りを通じて“日本の旬”を体感学習

当協会は、自然の恵みに“いただきます”と感謝を述べ、箸と器を持って丁寧に食事するという素晴らしい「和食卓文化」を、各講座を通じてひとりでも多くの方に学んでいただき、広めていくことを目的としています。子ども向けの講座としては、今年5月より主に小学生を対象とした「日本和食卓育キッズアンバサダー講座」を開講。毎月、二十四節気に沿った季節の移り変わりに合わせた内容で「遊びを通じた学び」と、実際に和食和菓子を「作って食べ、五感を養う」という二軸で行ってまいりました。

この度開講する「親子和食卓育プレキッズお弁当講座」は、子どもが“できる範囲”で調理をし、漆弁当箱や手ぬぐいで作ったランチョンマットを選んで料理を盛り付けます。メニューは季節によって変わりますが、いずれもメイン（肉か魚）・野菜の副菜2品・ご飯もの・デザートかフルーツの構成で、各料理に使う食材は1～2種類。「まごわやさしい＝豆、ごま、わかめ（海藻）、野菜、魚、しいたけ（きのこ）、いも」をベースにした、シンプルで作りやすく栄養満点な和食弁当です。

この講座を通じ、子どもたちは母親への感謝の心や「作る・選ぶ」和食卓文化の楽しさを学ぶ一方で、食材や器、文様などで“総合的な日本の旬”を学ぶことができます。

「親子和食卓育プレキッズお弁当講座」概要

◆開催日（予定）：9月10日(日)、10月15日(日)、11月12日(日)の10:00~12:30

※内容は季節によって異なります。詳細はお問い合わせください。

◆場所：日本和食卓文化協会（『料理のある風景』内）東京都世田谷区梅丘 2-33-30

◆料金：入会金 5,000 円（もちくんグッズプレゼント代・2 年分年会費込・消費税別）

授業料金 1 回 5,000 円／体験参加 6,000 円（1 回のみ）（実習材料費・テキスト代込／消費税別）

◆お申込み：公式サイト（<https://www.nihonwasyokutakubunka.com/subscription>）もしくは
電話（03-6754-5765）にて受付

一般社団法人日本和食卓文化協会 概要

代表理事 梶谷順子

名称 一般社団法人日本和食卓文化協会

設立 2017 年 2 月 13 日

所在地 東京都世田谷区梅丘 2-33-30

連絡先 電話・FAX：03-6754-5765 メール：itadakimasu@nihonwasyokutakubunka.com

HP <https://www.nihonwasyokutakubunka.com>



「いただきます」を未来へつむぎながら、
全国各地の和食卓文化を網羅する“プラットフォーム”に

——代表理事：梶谷順子について

代表理事である梶谷順子は、島根県出雲の出身。料理を生業とする家に生まれ、その後、東京を基点におよそ 30 年間、フードスタイリストとして、日本伝統料理の撮影に携わり、「料理・食器・食卓」や「料理のある風景」をスタイリングしながら、和食卓文化全般について学び、実践してきました。これらをベースに、2008 年より続けてきた「子供と大人の和食卓育教室」と「フードスタイリング教室」。この 2 つのカリキュラムを基軸に本協会の活動を実施いたします。「いただきます」の心を伝えながら、将来的には各地で違う和食卓文化のプラットフォームを目指しています。

<梶谷順子・プロフィール>

料理を生業とする家に生まれ、「料理のある風景」＝「幸せな家族の仕事風景」として育つ。フードスタイリストで現・料理研究家のアシスタントの後、27 歳でフリーのフードスタイリストとして独立。雑誌・料理本・広告・カタログ等を中心に仕事をし、最近ではスタイリングのみならず盛り付けや料理製作も含めたトータルなコーディネートを行う。

2008 年より『フードスタイリング教室』『子供と大人の和食卓育教室』を開始。

<本件に関するお問合せ先>

一般社団法人日本和食卓文化協会

代表理事 梶谷順子（つきたにじゅんこ）

電話・FAX：03-6754-5765

メールアドレス：itadakimasu@nihonwasyokutakubunka.com

ホームページ：<https://www.nihonwasyokutakubunka.com>