

『夢カフェ クリスマスディナー』プロジェクト

提案団体：金曜ゆめ倶楽部

代 表 者：臨床心理学科 2年 拝田 千喜

顧 問：医療福祉学科 教授 加賀谷 有行

実施計画

実施期間 2015年12月9日（水）

奨励金額 18,133円

活動目的 金曜ゆめ倶楽部が“1人暮らしでもできる料理”をテーマにクリスマス料理教室を開催し、参加者同士で交流を深め、調理を楽しみながら身に付けてもらう。

達成目標 料理教室で実際に調理を体験し“1人暮らしでもできる料理”を身に付けてもらう。

計画概要 11月上旬料理教室でのメニュー決め、レシピ作成

12月9日(水) クリスマス料理教室開催

活動・成果報告

“1人暮らしでもできる料理”をコンセプトに、料理教室を金曜ゆめ倶楽部主導で開催し、ミートソースパスタとデコレーションカップケーキを作りました。

食べたい料理や作ってみたい料理の候補をいくつか挙げ、実際に料理のレシピを作成し、その中で自分たちが教えることができるものを話し合い、決めました。

料理教室当日は、下準備として食材を各班別に配分し、お皿や調理器具を準備し料理教室がスムーズに進められるようにしました。開始後、参加者全員を4つの班に分け、自己紹介を行った後、各班で調理を開始しました。料理をみんなで作ることで、それぞれコミュニケーションをとりながら役割分担をしていたので、協力性やチームワークが上手くとれたと思います。また、簡単な料理を行うことで、普段料理をしない学生の料理に対する抵抗も取れ、“1人暮らしでもできる料理”を身に付ける事ができて、みんなで料理を美味しく頂くことができました。



成長度

1. どのような課題に直面し、(それを乗り越えるために) どんな苦勞がありましたか。

①募集のポスターの掲示が遅くなり、参加者が思うように集まらなかった。

②開催当日に下準備をする際、食材量が多く配分の計算に時間がかかった。

料理教室開始後、食材の不足に気づき、予定通りに進行ができなかった。

2. その課題をどのような努力や工夫で乗り越えましたか。

- ①食堂などで声をかけて参加を呼びかけ、金曜ゆめ倶楽部以外の学生に来てもらうことができた。
- ②配分を間違えないように部員で計算の確認を行い、料理教室開始までに各班へ材料を準備した。
- ③不足した食材は他の食材で補い、当初の予定を変更して調理を行った。

3. 自分たち（チーム）が一番成長したところはどこですか？理由もお願いします。

今回、イベントをスムーズに進めるために、部員それぞれに細かく役割を分担しました。各担当の部員それぞれが与えられた役割をきちんと達成できるように、各自が工夫し、考えてくれたので、自主性が身についたと感じます。

また、料理教室を開催するため、材料の注文、消耗品の購入、調理室の借用や使い方を学び、開催日に間に合うよう計画通りに進める事ができました。

様々な課題もありましたが、部員のチームワークがよく、課題をうまく乗り越えられたので、金曜ゆめ倶楽部自体の団結力が向上し、成長できたように感じました。

構成メンバー（学科・年次・氏名）

臨床心理学科 2年 拝田千喜、矢長史帆、高橋奈菜、中東優芽子、浅津貴之、柏明希、
小島蒼一郎、近藤美里、富永紗和子、藤岡星奈