

『わくわくモリモリ食育フォーラム』

=食べる・生きる・育つ 丹後の食育のネットワークづくり=



“みんなですすめる食育”を目指し、平成22年12月7日（火曜日）、アグリセンター大宮で開催し、133名の参加をいただきました。

<食育実践報告>

(1)『京丹後の新米・サワラの日』の取り組みについて

梅本 修 氏 京丹後農業経営者会議・学校給食小委員会 委員長

小林 美和子 氏 京丹後市立弥栄中学校 栄養教諭



「いただきます」とは何をいただくのでしょうか？ そう「命」です。私は野菜という命を作って食べる人の命とつなぐのが仕事です。命の大切さや地元には素晴らしい食材があることを給食を食べる子どもたちに伝えたいと、50名の農家で会議を立ち上げました。新米を食べてもらおうと、『新米の日』『サワラの日』を提案しました。」

「『新米・サワラの日』の取組みで、農家の方々に食材を提供してもらおうとともに学校にもお越しいただきました。新米など地元のおいしい食材を味わい、また、農家の方々から生産に対する熱い思いを生の声で語ってもらうことで、生徒たちの食に対する意識が変わったり感謝の気持ちを持つようになったりしました。」

(2)「地域におけるネットワークづくり =伝えたいたんごの味=」

杉本 文子 氏 与謝野町食生活改善推進員連絡協議会 会長

堀江 祐美 氏 京丹後市食生活改善推進員連絡協議会 会長



「中学校で郷土料理の授業があり、社会人講師を任されました。実物を見るのが一番。大変ですが、実際に伝統料理を作って、生徒さんに見て感じてもらいました。年中行事をかねた郷土料理の紹介や、行政とも協力し地元の農家と一緒に親子料理教室などもしました。」

「今年度は丹後寿司を中心に活動しました。中学校での調理実習にも協力しています。家ではなかなか体験できないお父さんと子どもの微笑ましい講習もしています。みんなで作る、食べる、楽しい時間を共有できる、こんな時代に手をかけて作るのもいいと思う、そんなお手伝いをできればと思います。」

<講演>

「からだと心の健康を決める食事の大切さ =みんなで進める丹後の食育=」

友藤 弘子 氏 NPO 法人「地域に根ざした食・農の再生フォーラム」理事



「大学生の中には、頭はとても良いはずなのに、ワカメを大量に戻しすぎてお化けのようになり、生のカボチャがかたいことを知らなかったりする子も。料理などの経験がないから分からないんです。」

「家族や学校等の給食と一緒に食べる経験が少なかった子は、会食が苦手で、トイレの中で食べる学生も！また、家庭での朝食・夕食は学校での給食に比べ楽しいと感じる子が少ない。食べる楽しさが実感できる子になるよう食事の時は笑顔で接する必要があります。」

「油のうま味に勝てるのはカツオと昆布のダシのうま味。小さい頃にダシのうま味を経験していれば大人になってもそちらを好むように。嫌われやすい苦味やすっぱ味でも、周りの大人がおいしさを表現していれば食文化として伝わっていきます。」

<展示・活動 PR コーナー>

- ・京丹後市食生活改善推進員協議会 『私たちは食改です』
- ・京都府栄養士会 北部地区支部 『見てみて 加工食品の栄養チェック』
- ・京丹後市大宮第三小学校 『食を身近に感じる教育をめざして』
- ・宮津市食育推進委員会 『宮津食の日の取組み』
- ・近畿農政局地域第二課 『近畿農政局コーナー』
- ・京都府丹後広域振興局農林商工部 『京都府食育推進計画と取組み』
- ・京都府丹後農業改良普及センター 『丹後のおいしい農産物』





7つの団体等から日頃の活動の紹介や食育のヒントとなる情報の提供があり、交流の輪が広がりました。

<食育グッズ体験コーナー>



・『ペロチェック 舌の味覚は大丈夫?』

0.3%と0.5%の食塩水の味比べ

・『野菜 350g ってどれくらい?』(緑黄色・淡色を組合せ 1日 350g 食べましょう)

カットされた野菜実物を数種類選んで、350g にできたかをはかりで計量

・口臭チェッカー体験

・そしゃく力判定

・歯の健康グッズ展示

<グループ交流会>

7~8名程度のグループに分かれ、食育に関し自由におしゃべりして交流



「ダシの味が大切。自然の味。安心安全。」

「学校と地域のコミュニケーションから、情報交換で、新しいメニューができあがったりする。」

「市町村が大きくなるにつれて農家と(給食の)調理室の距離が遠のいている。」

「地元の食材を食べることはとてもいいこと。大事。」

「親御さんに食育に関心を持たせることができるように働きかけが必要。」

「(子どもには)「料理をしたい」という思いはあるが、親は忙しくて対応する余裕がない。」

「興味を持っている時期に取組みをすることで一生の力になる。」

「家庭でも食生活改善推進員活動でも、体験してもらうことが大事。」

「地域で親子料理講習をしているが手際がいい子もたくさんいる。」

「学校教育への参加が多くなった。とても楽しい。」

…などなど、活発に意見・情報が交わされました。

「盛り上がってきたとこやのに、もう終わり?時間がたらんわー。」とも。

友藤先生からは、「丹後では素晴らしい取組みがされている。ぜひ今後も体験学習を続けてほしい」との講評をいただきました。

《参加者の内訳》

保育所・学校関係 30名

食生活改善推進員 55名

行政 17名

きょうと健康長寿推進丹後地域府民会議参画団体 6名

その他・一般 25名