

# 「できる」から始まる 楽しい食育

子どもたちの楽しい調理体験は、将来の生きる力や豊かな心を育みます。  
漁師の本藤さんと料理人の左さん、2人の食のプロ「きょうと食いく先生」が考えた  
子どもたちと挑戦したい簡単で美味しいレシピ！  
宮津の海の美味しい秘密や、味を引き出すひと手間も紹介します。  
ご家庭で「楽しい食育」を“できる”ことから始めてみませんか。

「作ってみよう！」

Recipe Movie.1

Recipe Movie.2



宮津の漁師  
本藤さんが  
食べてる



丹後のたこの  
炊き込みごはん  
季節を感じる！  
旬の魚の煮付け  
ネバネバ！  
アカモクのサラダ

獲れたて漁師飯レシピ

宇治の料理人  
左さんが  
考えた



玉子にゆめん  
だしが決め手！  
お揚げと  
ほうれん草の  
サツと煮  
たこと九条ネギの  
ボン酢炒め

だしが決め手のあじわいレシピ

出演者



宮津の漁師  
本藤 靖氏  
(きょうと食いく先生)

国の研究機関・栽培漁業センターで研究員として約25年勤務し、宮津に帰郷して漁師に。宮津の豊かな自然を守るため、資源管理型漁業に取り組んでいる。



辰巳屋 八代目主人  
左 聡一郎氏  
(きょうと食いく先生)

京都宇治において、食文化や茶処宇治としての在り方などを研究し、地元小中学校などでの食育授業なども行い、積極的に活動中。



武庫川女子大学  
准教授  
藤本 勇二氏

大学で教員養成に関わりながらきょうと食いく先生の活動を支援している。前職は、小学校の学級担任。育てて食べる教育実践に取り組んできた。

動画の視聴はこちらから！



1 QRコードを読み取りアクセス

2 できるから始まる楽しい食育 京都府 検索 🔍

食育トークショー  
(2022年7月23日開催)の  
アーカイブもご覧いただけます

お問い合わせ先：  
京都府農林水産部農政課  
(075-414-5654)