

## 2 食を通じて豊かな心を育むために



家族や友人と楽しみながら食事をとることや、様々な農作業体験、調理実習といった体験や交流を通じて食に対する理解を深めるとともに、地域に伝わる郷土料理、食事作法等を継承するための取り組みを行いました。

### (1) 食を楽しむゆとりの確保

家庭、学校、職場などで、会話をしながら楽しく食べることは、心のいやし・心の安定をもたらします。このため、家族や友人と食事をとることのできるゆとりの確保に向けた取組を行いました。

## トマトを使った給食

東海市学校給食センター

●実施時期：毎月10日 ●対象者：保育園児、小中学生

### ●内容

東海市では、明治36年からトマトの加工製品が製造されてきたことにちなみ、東海市とカゴメ株式会社が平成26年4月に「トマト de 健康まちづくり協定」を締結しました。市とカゴメが連携して取り組んでいく事業のひとつとして、トマトを使った給食を毎月10日に提供しています。給食メニューにトマトを摂り入れることで、健康増進を図ります。

### ●活動の成果、今後の課題

トマト給食提供日と同日にトマト新聞を学校で配布し、トマト給食メニューの作り方を掲載することで、学校給食だけでなく家庭へのトマト料理の普及を促進します。



(取組項目：給食や弁当を通じた豊かな人間性の育成)

(取組場面：保幼・学校)

## 「調理員さんありがとう」一緒に食べようふれあい給食

碧南市立大浜幼稚園 (愛知県国公立幼稚園長会)

●実施時期：平成26年11月10日 ●対象者：大浜幼稚園児

### ●内容

碧南市の幼稚園は、小中学校と同じように給食センターから配送される給食をいただいています。そして、年に一度、センターの調理員さんと一緒に食べるふれあい給食があります。

「美味しいですか」「好きな献立は何」など話をしながら食べます。年齢差のある子ども達の給食のため、味付けや献立の中味について現場の声に耳を傾けてくださいます。しっかりとおかわりをして食べる喜びを味わうと共に、作ってくださる方々にも感謝の気持ちを持てるようにしています。

### ●活動の成果、今後の課題

子ども達のおかわりに、目を細め「頑張って作らないとね」と微笑んでみえました。子ども達も作ってくださった方の前だといつも以上に残さず食べようという気持ちも生まれ、飽食の時代だからこそ気持ちのつながるふれあい給食は大切な機会だと思います。



(取組項目：給食や弁当を通じた豊かな人間性の育成)

(取組場面：保幼)

●実施時期：平成26年11月19日 ●対象者：県民

### ●内容

県では、官民一体となり、働き方の見直しに向けた取組を推進しており、その取組の一環として、毎年11月の第3水曜日を「愛知県内一斉ノー残業デー」と定めています。

平成26年度は、11月19日（水）の当日に金山総合駅を始めとする県内6箇所の主要駅において街頭啓発活動を実施し、通勤する方々に対して、当日の定時退社を呼びかけました。

### ●活動の成果、今後の課題

朝の通勤時間帯に街頭啓発活動を実施することで、より多くの方に働き方を見直す契機としていただけるよう呼びかけることができました。

また、今年度は啓発活動の実施場所を県内6箇所に増やすことで県内により広く呼びかけることができました。



〈取組項目：「おうちごはんの日」の実践促進〉

〈取組場面：地域〉

## 食から広がるつながり&健康

●実施時期：通年 ●対象者：高齢者中心の多世代

### ●内容

主に名東区・長久手市に暮らす方を中心に、生涯学習センターや古民家などで参加者とメンバー共同で行う調理・自由な会話を楽しみながらの会食等の交流やワークショップ、人や環境に優しいレシピづくりを実施しています。

孤食や不健康な食生活の改善、多世代間の食を通じたつながりづくりなどを目的としています。高齢者が外出するきっかけや、高齢者が若い世代に知恵を伝える場を創り出すお手伝いをしています。

また活動の一例として、メンバーのゼミ活動「食フェス」での伝統野菜「真菜」の普及や、「長久手環境フェア」で捨ててしまうミカンの皮の活用法なども実施しました。

### ●活動の成果、今後の課題

地域の方々が普段の食を振り返るきっかけや、学生から高齢者まで幅広い世代のつながりを創ることができました。

今後は①リピーターを増やす②長いスパンで計画性を持った取り組みを心掛けます。これからも知識や技術・コミュニケーション能力などを磨き、より多くの人々のつながりと振り返りの場を提供したいです。



〈取組項目：高齢者の孤食対策等〉

〈取組場面：地域〉



## (2) 体験や交流を通じた食の理解促進

食べることへの感謝の心を育てるため、家庭・地域・学校等において、自ら料理をする機会を増やしたり、作物の栽培や収穫物の調理体験、生産者との交流など、体験や交流を通じた食の理解促進に取り組みました。

### 子育て応援団 チュウキョ〜くんのすこやかフェスタ

公益社団法人愛知県栄養士会

●実施時期：平成26年10月 ●対象者：幼児・小学生と保護者

#### ●内容

日本ガイシホールにて栄養士会会員による「何でも栄養相談」と「野菜当てクイズ」食育劇「元気のチャンピオンだ〜れ」を実施しました。

「野菜当てクイズ」は箱の中の野菜を手で触り名前を当てていただきました。「何でも栄養相談」も合わせて行い、日頃気になっている食に関する疑問や心配事など気楽に相談できるコーナーも作りました。

食育劇「元気のチャンピオンだ〜れ」は、たくさんの親子連れの皆さんに参加していただきました。

#### ●活動の成果、今後の課題

食育劇もクイズもお子様だけではなく、大人の方にも楽しんで頂き、食の見直しのきっかけになったようです。野菜当てということもあり、子供の野菜摂取についての相談等も多く、タイムリーなアドバイスができたと思います。

次回は未就園児に合わせた企画も準備していこうと考えています。



〈取組項目：乳幼児期における食とのふれあい機会の確保〉

〈取組場面：地域〉

### カレーライスプロジェクト

社会福祉法人八開福祉会 丸島保育園

●実施時期：平成26年4月～3月 ●対象者：園児及び保護者

#### ●内容

食を総体的に学ぶための機会として、カレーライスプロジェクトを行いました。その中で体験した活動は下記のとおりです。

- ①じゃがいもと玉ねぎの栽培および収穫をする
- ②カレーライス材料準備（買出し・分量を量る等）をする
- ③カレーに関する絵本・手遊び・集団ゲームをする
- ④親子でカレー作りをする
- ⑤玉ねぎの皮を使った染色をする
- ⑥電車に乗ってお店にカレーライスを食べに出かける

#### ●活動の成果、今後の課題

活用方法に課題があった保育園の観察畑を、子どもたちの保育としっかりと結びつけることができました。

保護者にカレーライス作りへ参加していただくことで、こうした子どもたちの取り組みを、保育園だけで終わるのではなく家庭にもつなげてくれました。

その結果、より広く深い学びになっていったと思います。



〈取組項目：乳幼児期における食とのふれあい機会の確保〉

〈取組場面：地域・保幼〉

## 愛西市アグリぐるぐるスクール

愛西市農畜産業振興会

●実施時期：平成26年6月27日、7月2日、7月3日、9月30日

●対象者：市内小学5年生

### ●内容

愛西市農畜産業振興会で作成した、食育本「愛西市アグリぐるぐるスクール」を教材とし、農業の重要性、役割の説明、「愛西市ぐるぐる農産物」の試食、地産地消の重要性を出前授業形式で市内各小学校5年生に対して実施しました。

小学5年生はちょうど農業の学習を始めたところで、食育本の活用と、わかりやすい掲示を活用し、内容の理解を深めていただくことができました。



### ●活動の成果、今後の課題

各校とも大変好評であり、「毎年実施」の依頼もいただきました。



〈取組項目：少年期における食に関する体験等の充実〉

〈取組場面：地域・学校〉

## 小学生とお父さんのためのいいとも半田！料理教室

半田市食生活改善推進員連絡協議会

●実施時期：平成26年11月29日

●対象者：半田市在住・在勤者

### ●内容

日頃、接することができない父と子のコミュニケーションの場を提供するとともに、愛知の魚について紹介を行い、魚の普及と地産地消の推進を図ることを目的に料理教室等を実施しました。

今回は、愛知で捕れる魚の紹介、ちりめんの勉強、うなぎの勉強（開きと実演）、料理教室（海の幸ちらし寿司クリスマス風、煮干しのみそ汁、ミルク寒天）を行いました。

### ●活動の成果、今後の課題

父子16組（合計33人）の参加がありました。参加者からは、親子で楽しい時間を過ごすことができ、調理実習を通して、普段とれない父と子のコミュニケーションが取れたと好評でした。

内容が盛り沢山だったので、当日のみでは、スタッフ間で情報を共有することが難しかったです。

今後の課題はスタッフの事前の密な打ち合わせが必要だと感じました。



〈取組項目：少年期における食に関する体験等の充実〉

〈取組場面：地域〉

●実施時期：平成 26 年 6 月 7 日～11 月 29 日

●対象者：中学卒業後～39 歳

●内容

若い世代の野菜離れ改善を目的に、田植え、稲刈り、キャベツの定植、キャベツの収穫などの農業体験を行いました。

またシェフ、野菜ソムリエ、管理栄養士が収穫野菜や地元野菜を使った調理実習も行いました。



●活動の成果、今後の課題

農業体験は作業の大変さや体を動かす楽しさが体験できました。

参加者からは農業に関心を持った、野菜を大事に食べたいなどの感想をいただきました。

若い世代の課題である朝食の欠食や野菜不足を踏まえ、朝食の必要性や日頃の食事でもっと野菜を取り入れるよう講義を行い、野菜たっぷりメニューの調理実習を行い、野菜への関心を深めることが出来ました。

しかし食生活の改善までには至っておらず、参加後に朝食の摂取や野菜の摂取を増やすことが課題です。



〈取組項目：幅広い層に向けた体験・交流の機会の提供〉

〈取組場面：地域〉

地引網体験ツアー

●実施時期：平成 26 年 9 月 21 日

●対象者：市内在住の子と保護者

●内容

市内在住の子と保護者 16 組 51 名が参加し、東幡豆町において地引網体験と干潟観察会、マテ貝捕りとバーベキューを実施しました。

普段体験のできない地引網やマテ貝捕り、干潟観察会を通じて、東幡豆の自然に触れ、魚貝類に興味を持っていただき、生きているものをいただく感謝の気持ちを理解してもらうことを目的としています。

●活動の成果、今後の課題

西尾市の魅力を再確認いただき、子どもたちの魚貝に対する興味を引き出し、自分で獲った魚をさばくことで、命あるものをいただく感謝の心を養い、普段魚を食べることが少なくなった食生活を見直すことができたいい機会になったと思います。



〈取組項目：幅広い層に向けた体験・交流の機会の提供〉

〈取組場面：地域〉

### (3) 食文化や食事作法等の理解と継承

伝統料理などの地域の食文化への理解を促進し、継承に取り組むとともに、食物アレルギーへの理解、食事作法や所作の学びについても取り組みました。

#### こどもの健康教室

春日井市

●実施時期：平成26年7月23～25日

●対象者：小学生とその保護者

#### ●内容

栄養の知識や運動の大切さを普及することにより、望ましい生活習慣を身に付け、子どもの健やかな成長や発育を促すことを目的に取り組みました。

内容は、箸の正しい使い方を啓発する「豆つかみゲーム」や、よく噛むことの大切さを伝える「エプロンシアター」等の“食事編”とゲームをしながら親子で体を動かす“運動編”で、どちらも親子で楽しく学べるように工夫しました。

単発の教室で、3会場で行い、参加者は合計30組でした。

#### ●活動の成果、今後の課題

保護者のアンケートで、“望ましい生活習慣を身に付ける参考になったか”との問いには30人中28人が“なった”との回答がありました。

子ども達には、学んだことを踏まえて食と運動についての夏休みの目標を決めてもらい、保護者と共有してもらいました。

望ましい生活習慣を身に付けるきっかけになったと思います。



〈取組項目：子どもに対する食事作法の習得や食の多様性の理解〉

〈取組場面：地域〉

#### 誕生会のおやつはお楽しみ

知多市立梅が丘幼稚園（愛知県国公立幼稚園長会）

●実施時期：通年

●対象者：園児

#### ●内容

梅が丘幼稚園には食物アレルギーをもつお子さんが数人在籍しています。誕生会の日に出るおやつは特別な日のお楽しみだからと、菓子店の方が見た目もできる限り似せて作ってくださいます。

それでもみんなと同じものが食べられず、普段は我慢することが多いアレルギー児も「みんなと同じで嬉しいね」という気持ちが味わえるように、アレルギー児の誕生月のおやつは、みんなと同じものが食べられるようにおやつを工夫しています。

#### ●活動の成果、今後の課題

自分の誕生月だけでも周りの子と同じものが食べられるのは、子どもにとっても嬉しく、笑顔で誕生会を迎えることができます。

周りの子も「同じだね、よかったね」と声をかけるなど、普段違うものを食べている友達を気にかける優しい気持ちの育ちを感じるようになりました。



〈取組項目：子どもに対する食事作法の習得や食の多様性の理解〉

〈取組場面：保幼〉

●実施時期：平成 27 年 1 月 8 日、9 日、21 日、28 日

●対象者：市内小中学生

### ●内容

次郎柿の日本一の産地である豊橋市では、初めて次郎柿が結実して 100 年を迎えたことを記念して、市内小中学校 74 校の給食に「柿パン」を提供しました。

柿パンは、本年度収穫された次郎柿をドライチップにして生地に練り込んだもので、給食パンを作っている主食炊飯業者 5 社と共同開発することで実現しました。

### ●活動の成果、今後の課題

100 周年をきっかけに日本一の次郎柿産地であることを PR し、小中学生の地産地消の意識を高めることができました。

また、ポットに入った柿の木を借り受けた学校では、学校内で栽培、収穫体験を行い、生産・消費の両面から地元農業の理解を深めることができました。



〈取組項目：給食における地場産物や郷土料理等の導入促進〉

〈取組場面：学校〉

## ふれあい給食「愛知を食べる学校給食の日」

●実施時期：平成 26 年 6 月

●対象者：小学生、中学生

### ●内容

「愛知を食べる学校給食の日」にちなみ、ふれあい給食を実施（6 月 17 日）しました。

今年度は、学校給食の野菜の生産者が東栄小学校 5 年生の児童と一緒に給食を楽しみました。

各校では、地産地消を啓発するため、市内でとれたお米から作ったクレープや県内産の食材を PR するポスターを張り、校内放送で伝えたりしました。

### ●活動の成果、今後の課題

学校給食に地域の農産物を使用する事により、地域の農産物や食文化に理解を深め、より豊かな食生活と意欲を高める機会となりました。



〈取組項目：給食における地場産物や郷土料理等の導入促進〉

〈取組場面：学校〉

●実施時期：平成 26 年 8 月 29 日      ●対象者：市内に住む小学生 16 名

## ●内容

- ・押し寿司の話、押し寿司、ケーキ寿司の作り方の説明  
(ヘルスメイト宅にある押し寿司セットと鍋を使用)
- ・箸、茶碗の持ち方
- ・煮干しだしの取り方
- ・野菜選びと調理  
(ヘルスメイト宅で採れた野菜を自由に選んで調理した)
- ・栄養のバランスについて  
(保健センター栄養士の講話)
- ・紙芝居「もぐもぐあさごはん」
- ・配布資料「愛知の食育」を使つての講話
- ・アンケート(内容：朝食や野菜の摂取等)



## ●活動の成果、今後の課題

子ども自身で好きな野菜を選び、調理したことは満足だった様子。中には苦手な野菜を食べられた子もいました。  
アンケートから、毎日朝食を食べる子どもは 67%、朝食に毎日野菜を食べる子どもは 7%であることがわかりました。  
今後は朝食の必要性と野菜摂取について伝える必要があります。



〈取組項目：伝統料理、郷土料理等の提供促進と継承〉

〈取組場面：地域〉

# 弥富市 4Hクラブ もちつき会

●実施時期：平成26年12月      ●対象者：保育園児

## ●内容

弥富市 4Hクラブでは、毎年 12 月に市内の保育所を 2 か所回り、日本の伝統行事である「もちつき」を体験していただく取組を行なっています。

農業の担い手として、食にかかわる伝統行事を地域の園児に知ってもらい、同時に地域と交流も深めることが目的です。

弥富の若手の農業者のメンバーで構成された団体で、農業経営に関する情報交換および行事の実施により、ゆくゆくは後継者として必要なスキル、経営思考を学んでいます。

## ●活動の成果、今後の課題

地域の園児に、もち米がおもちになる過程を実際に見て、触って、食べて実感する楽しさと、みんなで協力することにより、人間関係を育むことができるすばらしさを学んでいただくことができました。

また、地元産の野菜を使ったトッピングで、園児からは「おいしい」といった声がありました。



〈取組項目：伝統料理、郷土料理等の提供促進と継承〉

〈取組場面：地域〉