

## 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。

## 豊かな心を育む「バースデーランチ」

西尾市立三和小学校

●実施時期：通年

●対象者：誕生月の児童

### ●内容

三和小学校には、レストランをイメージさせる木製の机や照明がついたランチルームがあり、試食会や交流給食、バイキング給食で活用しています。昨年度からは、この会場で毎月1回「バースデーランチ」を行い、1年生から6年生までの同じ誕生月の児童と教職員と一緒に給食を食べ、交流しています。

小さなプレゼントとデザート、みんなで楽しむゲームは、児童にとって年に一度の特別なランチタイムです。

### ●活動の成果、今後の課題

「バースデーランチ」を通して、児童は元気に誕生日を迎えられた喜びを共有し、家族への感謝の意持ちが育っていると感じます。また、交流することで思いやりの心も育っています。今後は心を育てながら、健康に生きるための食習慣が身に着くよう考えたいと思います。



〈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：学校〉

## 食育ボード、給食サンプル提示、給食レシピ紹介の設置

刈谷市立双葉保育園

●実施時期：平成27年4月～2月

●対象者：保育園児と保護者

### ●内容

刈谷市立双葉保育園では、保育園に食育コーナーを設けています。毎月、食材の栄養や伝統行事に関する食についての紹介等、様々な情報を提供する食育だよりを掲示し、旬の食材や簡単にできるレシピを活用していただけるように提供しました。また、給食を通して親子で、食の関心が高まるように、給食サンプルの掲示を行っています。

### ●活動の成果、今後の課題

今年度は、食育コーナーを園児や保護者の目に留まりやすいように、玄関を入ってすぐの場所に替えました。子ども、保護者の方も今までより給食サンプルを見ていくようになり、降園時には保護者の方が子どもに「今日の大根カレー、おいしそうだね」「今日はレバーだったんだね」等と声をかけています。レシピを楽しみにしている保護者も増えました



〈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28年2月

●対象者：3・4・5歳児

●内容

節分の日に園庭で豆まき会をした後に、給食を食べました。この日のメニューは事前から子どもたちに話してあった「おにランチ」でした。「おにランチ」は、お皿にのせられた食材を子どもが並べることで、いろいろな表情の「おに」が完成するものでした。

子どもたちは、目・鼻・口・眉毛・髪の毛・角(つの)を思い思いに並べて(飾って)楽しみ、とてもおいしいと言って食べ、たくさんのお子がおかわりをしていました。

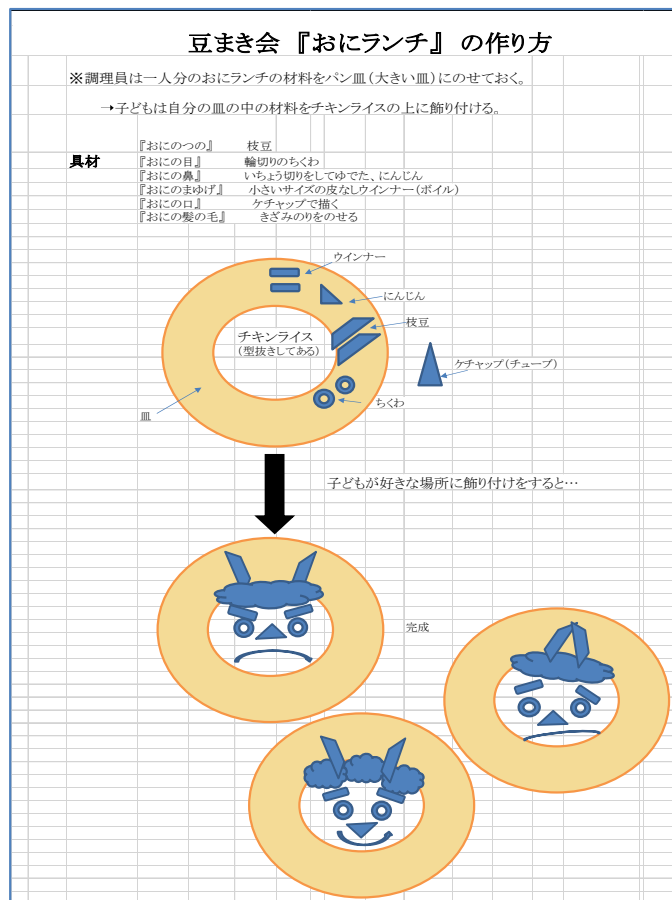
帰りの献立展示を見ながら楽しく話している親子が多くいました。

●活動の成果、今後の課題

簡単に取り入れられるクッキングを経験して、子どもも保育士も楽しく食事ができました。

「子どもが楽しんで食事をするように、また、食べることへの関心が高まるように食育を取り入れたい」と保育士の意識も高まり、今後の給食を工夫していきたいと思いました。

メニューは園児にも保護者にもとても好評で、家庭でも取り入れやすく、「悪い鬼を食べて退治する」「元気になる」という豆まき行事の趣旨も、うまく取り入れられることがよかったです。



●実施時期：平成27年8月29日

●対象者：構成組織、一般参加者

●内容

約400名が参加し、名古屋市内で開催しました。本年は、「ワーク・ライフ・バランス」をテーマとし、ゲストに八代国際弁護士を招き、仕事も家庭も自己もバランスを取って頑張っている事例を踏まえたエピソードや体験を司会者とのトークショー形式で紹介しました。

また、経営者、報道関係、NPO団体の方々をパネリストに迎え「ワーク・ライフ・バランスを取った自分の人生の楽しみ方」など、様々な目線からのディスカッションを行いました。

●活動の成果、今後の課題

ワーク・ライフ・バランスを参加者とともに考える場となりました。また、新聞に報道されるなど県民に取り組みを広める事ができました。



〈取組項目：” おうちごはんの日” の実践促進〉

〈取組場面：地域〉

(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。

地域ボランティアさんに教わりながらの米作り体験

尾張旭市

●実施時期：平成27年6月～11月

●対象者：5歳児

●内容

毎年の園の取り組みとして、保育園と農協とが連携して実施する「バケツ稲作り」を実施しています。今までは園独自で行っていましたが、今年度より、地域のボランティアさん（奥村淳氏）に依頼し、教わりながら行うことで食への関心を深めると共に、異世代交流の中での触れ合いや知識の習得も目的とし、5か月間取り組んできました。

栽培後の行程も奥村氏より教えていただき、もみすり・脱穀の体験も行いました。

●活動の成果、今後の課題

お米の栽培は前年度様子を見、知っていた子ども達も、稲刈り・もみすり等昔ながらの用具を使って行うことで、驚きや発見・また米作りの難しさと楽しさを感じる貴重な体験となりました。

また、奥村氏への感謝の気持ちも子ども達より言葉として聞くことができました。

園単独ではなく、地域の方の力を借りながら、広い意味での知識の習得や体験につなげていきたいです。



〈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〉

## 地域の企業との収穫体験

刈谷市

●実施時期：平成27年8月

●対象者：保育園児(5歳児)

### ●内容

5歳児が地域の企業(デンソー)にゴーヤの収穫とはちみつ採取体験をさせていただきました。

ゴーヤの収穫として、白いゴーヤや緑のゴーヤを収穫させていただきました。

また、プロジェクターで蜂蜜採取の工程や実際の蜂箱をみせてもらったり、蜂蜜採取体験もさせていただきました。



### ●活動の成果、今後の課題

保育園でゴーヤをいろいろな調理の仕方で子どもに提供すると「苦い」とか「白いのはあまり苦くない」などと言って食べ、ゴーヤを持ち帰り家庭でも園とは違う調理法で食べた喜んでいました。



(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)

## 地域食育応援隊(ボランティアゲストティーチャー)との協働による栽培・収穫活動

一宮市立丹陽南小学校

●実施時期：通年

●対象者：全校児童

### ●内容

地域食育応援隊の指導を受け、全校でサツマイモ・玉ねぎ・春大根の栽培活動を行っています。また、それぞれの学年が2種類程度の野菜を栽培しています。

児童は、野菜の成長を観察して記録したり、収穫後には調理して食べたりしています。

活動例として、3年生はナスを栽培し、7月にはナスパーティーと題して、ナスの料理に舌鼓を打っていました。また5年生は、栽培した大豆を加工して、豆腐や味噌づくりをしました。



### ●活動の成果、今後の課題

活動を通して、食や命への感謝、自然や人への感謝の心を養うことができています。

しかし、全作業に関わるのが難しいため、大変さや苦労までは体験できていません。できるだけ多くの作業に関われるようにしたいと思います。



(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)

## どろんこアカデミー

半田市板山地区農業者有志

●実施時期：平成27年6月

●対象者：半田市在住の家族

### ●内容

地域の農業者の協力により、家族で昔ながらの田植えを体験してもらいました。

その後、水田において、徒競走・大玉ころがしリレー・親子そり競争などレクリエーションをどろんこになりながら楽しみました。

### ●活動の成果、今後の課題

田植えを体験してもらうことによりお米の作り方を学び、食の大切さを考えるよい機会となりました。

今回初めての新規事業であったが、継続して実施できるよう主体となる組織づくりの必要があります。



〈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〉

## 碧南水族館でのうなぎ食育教室

株式会社昭和 碧南水族館  
水産試験場内水面漁業研究所  
西三河農林水産事務所農政課

●実施時期：平成27年8月22日

●対象者：児童、保護者

### ●内容

碧南水族館において、親子40名が参加して、うなぎ食育教室を開催しました。内容は3本立で、(株)昭和から、うなぎがヌルヌルしている理由をクイズ形式で説明し、子供達に生きているうなぎを実際に触っていただきました。

続いて、水産試験場から、うなぎの種類や生態、産卵の方法や人工種苗生産の歴史、うなぎの養殖方法についてクイズを交えながら説明が行われ、うなぎの捌き方も実演しました。

農政課からは、お米・みそのお話としてJAあいち中央から提供されたあいちのかおりについて説明しました。そして、JAあいち中央管内で生産されている農産物および産直市場について簡単に説明の後、ケーキ寿司としてうなぎ蒲焼きをトッピングした押し寿司を参加者が作成し、実食しました。

### ●活動の成果、今後の課題

水族館で実際にうなぎに触れながら、また、調理体験を通して、地元の特産の水産物と農産物について理解を深めることができ、大変有意義な体験となりました。



〈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〉

## キッズ野菜ソムリエ講座

田原市、日本野菜ソムリエ協会

●実施時期：平成27年8月30日

●対象者：年中～小学生

### ●内容

楽しみながら、野菜・果物の魅力を学び、友達や家族へ、野菜・果物の魅力を広げていく子どもを日本野菜ソムリエ協会が任命してくれます。

当日は、トマトについて学び、トマトの食べ比べを行いました。任命後は、クイズや名刺交換等を行い、子どもたちが、野菜・果物の魅力を伝え合う交流の場となりました。



### ●活動の成果、今後の課題

子どもたちに「食」や「野菜」に関心をもってもらう良い機会となりました。

また、受講後は田原市の野菜ソムリエの組織「ベジエール渥美」と共に、各種イベントにて野菜・果物の魅力を伝える活動を行っています。

今後も、子どもから子どもへ、子どもから大人へ発信してくれるような、食育に取り組んでいきたいです。



(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)

## 健康科学教室

「牛乳ってすごい！～牛乳でバター作り」

「発見！やさいのパワー～やさいクイズ・やさいジュースづくり」

公益財団法人愛知県健康づくり振興事業団

●実施時期：平成27年12月20日、平成28年1月23日 ●対象者：小中学生・幼児・保護者

### ●内容

小中学生の時期に食事についての正しい知識を習得することは、将来の生活習慣病予防の観点から重要です。そこで、あいち健康の森健康科学総合センターでは、子どもと大人と一緒に体験できる「食」に関する教室を開催しました。

バターづくり・やさいジュースづくり体験を通して、「牛乳や野菜をおいしくとる方法」「牛乳や野菜の栄養素」について学び、日常生活での牛乳や野菜の摂取に繋がるような体験型教室を企画しました。



### ●活動の成果、今後の課題

2回の教室に合計113人の親子に参加いただきました。教室参加後に実施した小中学生を対象としたアンケートでは、94.0%が「楽しかった」、91.8%が「教室で得た知識は日常生活で役に立つ」と回答しています。

今後は、プログラムを改善して、より効果的な教室展開を図ります。



(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)

## 美浜の海で生きている魚のつかみ取り体験！ イルカとウミガメに触って写真も撮ろう！

美浜町都市農村交流協議会

●実施時期：平成27年8月29日

●対象者：全国の方

### ●内容

美浜町都市農村交流協議会では、年4回程度グリーン・ツー（ブルー・ツー）リズムを開催しております。平成27年8月29日には、南知多ビーチランドの協力により、「魚のつかみどり体験とイルカとウミガメにタッチ&記念写真」を実施しました。応募総数200名（49組）と大変好評で、抽選にて参加者の決定をしました。113人（24組）の家族連れなど大勢の方に参加していただきました。

ビーチランドの職員との協力のもと、魚つかみどり体験をし、その魚をバーベキュー場でさばく体験をしました。さばいた魚は海鮮汁として、お昼のバーベキューといっしょにいただきました。都会からの参加者たちは、普段できない体験に大変満足していました。

### ●活動の成果、今後の課題

ブルー・ツーリズムは毎回、大変人気のイベントです。魚つかみどり体験も大勢の方に参加していただきました。今後も、いろいろなイベントを企画して、都会の人たちが美浜町にまた来たいと思えるような企画を考えていきたいと思っています。



〈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〉

## マイ竿づくりとハゼ釣り体験

西尾市

●実施時期：平成27年9月5日

●対象者：西尾市内在住の子と保護者

### ●内容

市内在住の子と保護者21組59名が参加し、東幡豆町において市内竹やぶから伐採してきた竹を使って竿を作り、その竿を使ってハゼ釣りをしました。

釣ったハゼは、さばいて唐揚げにして食べました。普段体験のできない竿作りやハゼ釣りを実施し、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いただく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、親御さん、子どもたちが、自分で何かを作ること、魚貝類に対する興味、また、食べることへの興味関心を持つことができたと思います。



〈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〉

## 石釜組み立てとピザづくり

NPO法人だいきっず、コーミ株式会社、西三河農林水産事務所農政課

●実施時期：平成27年11月1日

●対象者：幼児、児童、保護者

### ●内容

高浜市豊田町のNPO法人だいきっずにおいて、公募で集まった親子13名とした、石釜の組み立てとピザづくりの食育体験が行われました。この食育体験は、高浜市こども食育ガイドラインの重点取組「自ら食事をつくる」ことを目標に、①子ども達が自ら石釜ブロックを組み立てる、②考えて火を起こし、③自ら調理することを実践したものと なっています。

また、コーミ株式会社の協力のもと、県産トマトを用いたピザソースを作り、手作り石釜では、県産野菜を用いてトッピングしたピザを焼き上げました。子ども達は、食べ物を自ら作って家族でいっしょに食べることの楽しさを肌で感じ取ることができました。

### ●活動の成果、今後の課題

NPO法人だいきっずでは、主活動として大豆プロジェクト以外にも様々な協賛団体と協力して食育活動を展開しています。

今回はコーミ(株)の県産食材を用いての取組が実現し、農政課にとっても、いいともあいち運動のPR活動ができました。



(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。

## 茶育教室～お茶による「こころの種まき」～

愛知県

●実施時期：平成27年11月21日、22日

●対象者：小学生とその保護者

### ●内容

愛知県産の抹茶の魅力を伝え、茶のある豊かな生活を提案し、本県茶産業の振興及び日本の伝統文化の浸透を図るために茶育教室を開催しました。教室は、茶器として関わりの深い陶磁器のイベントである「ドームやきものワールド」で2日間全4回(1回約30名)開催し、講師からお茶の歴史やお抹茶とお菓子のいただき方等、簡単な作法を学びました。

また、親子でペアになり模擬茶会を楽しみ、自分で抹茶を点てる体験をしました。

### ●活動の成果、今後の課題

愛知県では、西尾市や豊田市等の西三河地域を中心に、抹茶の原料となるてん茶の生産が盛んに行われていること(生産量全国2位)をPRすることができました。アンケートでは、受講者の9割以上が、茶育教室に参加して抹茶を魅力的に感じたと答えています。今後は抹茶だけではなく、せん茶でも茶育教室を行いたいと思います。



(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)



## 食育指導(身体の機能とうんちについて)

大口町立北保育園

●実施時期：平成27年12月～28年2月

●対象者：大口町内3保育園、3歳以上児

### ●内容

年長児は、食べ物の身体の行方を知り、うんちの形や色で自分の健康状態が分かる事を理解します。年中児は親子でマイ箸を作り正しい箸の持ち方、姿勢で食事出来るよう指導します。

年少児は、色々な野菜に興味を持ち、野菜について理解しながら、三色食品群について、色別の働きを理解します。

野菜を最初に食べ、バランスよく食べて、バナナうんちを出す大切さを知ります。



### ●活動の成果、今後の課題

三色食品群の色分けは理解している子が多いです。野菜を食べる必要性も理解している様子でした。「嫌いだけど頑張って食べれるようになった、保育園ではいっぱい食べる」との声が聞かれました。

箸の持ち方においても、年中児はマイ箸を大切に扱うようになり、持ち方も正しくなってきました。箸のマナーも守れるようになってきました。ただ、箸の持ち方の習得は家庭との連携が必要であると思います。



〈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：保幼〉

## 皆が食べられる学校給食の日

尾張旭市立学校給食センター

●実施時期：平成27年6月10日、7月8日、9月9日、10月14日 ●対象者：市内小中学生

### ●内容

月1回、副食から食物の7大アレルギーを除去した「皆が食べられる学校給食の日」を実施しています。

### ●活動の成果、今後の課題

皆で食事をする楽しさ、大切さを感じてもらうことができました。

また、アレルギーを知らない子どもたちには、少しでも知ってもらいこきかけとなりました。



〈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：学校〉

## 食物アレルギーへの理解促進のための紙芝居の読み聞かせ

刈谷市教育委員会

●実施時期：平成27年4月      ●対象者：園児・小学生

### ●内容

年度初めの給食開始前に、食物アレルギーへの理解を図るため、紙芝居の読み聞かせをします。

### ●活動の成果、今後の課題

食物アレルギーのある子どもを理解することができ、安心・安全な給食への一助となりました。



〈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：学校〉

## 日本各地に伝わる食材を知り、郷土料理を味わおう

江南市立学校給食センター

●実施時期：通年      ●対象者：小中学生

### ●内容

江南市では、月に1回以上日本各地の郷土料理を実施しています。給食に郷土料理を取り入れる事で、地域の食文化と環境、歴史が関わっている事や、地場産物を伝える事が出来ると考えています。

今年度は郷土料理として山形県の「どんがら汁」、奈良県の「ごんざ」、福島県の「ざくざく」等、地場産物として沖縄県の「田芋」、山口県の「はなっこりー」等を紹介しました。

また、地元愛知県内の郷土料理については、毎月実施しました。



### ●活動の成果、今後の課題

郷土料理は、慣れ親しんだ料理とは違うので、興味をいなく児童生徒が多くいます。

そこで、各地の農業、漁業や郷土料理の知識が深められるように、クイズ形式の放送資料を作成し、献立の紹介をしています。

郷土料理は保護者も関心があるので、今後も続けていきたいと考えています。



〈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〉

## 町民を対象とした給食試食会

蟹江町給食センター

●実施時期：平成27年6月18日、19日 ●対象者：蟹江町民

### ●内容

愛知を食べる学校給食の日にちなみ、学校給食における地産地消の推進について理解と関心を深めてもらうために、広報等にて周知し、参加者を募りました。

試食会当日は、給食センターの見学、給食ができるまでをまとめたDVDを見ていただいてから、実際に給食を試食していただきました。栄養教諭から献立説明後、質問等をしていただきました。



### ●活動の成果、今後の課題

町民を対象に募集したところ、45名の参加希望がありました。

参加者に、アンケートの協力をお願いし、今後の学校給食への参考意見とさせていただきます。

〈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：地域〉

## 小牧市生活改善実行グループ料理教室

小牧市

●実施時期：平成27年9月1日、平成28年1月19日 ●対象者：小牧市民

### ●内容

米の消費量を増やすことを活動の一つとして掲げる小牧市生活改善実行グループが平成27年度に市民向けの講座を行いました。

一回目は「飾り巻き寿司・巻き寿司」、2回目は「生芋こんにやくと野菜たっぷりワンプレートご飯」で小牧産の米や野菜を使い、生産農家の指導のもと簡単に楽しく作れる料理教室を開催しました。



### ●活動の成果、今後の課題

伝統料理だけでなく新しい流行も取り入れ、米や野菜が沢山取れる料理教室であったため好評でした。



〈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〉

●実施時期：平成27年8月21日

●対象者：親子12組

●内容

「赤しそ（大治町特産）を使ったスイーツレシピ」「はるちゃん（大治町マスコットキャラクター）をイメージするレシピ」を公募しました。

入賞したレシピを使用して、食育や地産地消を各家庭で取り入れてもらうことを目的に、親子料理教室を行いました。



●活動の成果、今後の課題

5組の参加があり、大治町の特産である赤しそを食材として使用するとともに、地産地消・食育について学習することができました。

みょうがの生え方等を保健推進員から教えられ、子どもだけでなく保護者も興味を持って聞いており、作物を作る方からの知識を学ぶ良い機会になったと考えます。



〈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〉

