

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。

学校で食べる給食っておいしいね

知多市立梅が丘幼稚園（国公立幼稚園長会）

●実施時期：平成25年10月 ●対象者：園児（年長）

●内容

梅が丘幼稚園では食育の年間計画を立て、主に年長児が畑で野菜を育てたり、近隣の小学校と交流をしたりしています。

その一つに給食交流会があります。その日の給食に入っている食材について小学校の栄養士さんから話を聞いたり、配膳の様子を見た後、1年生の児童と一緒に給食を食べました。野菜の多さに戸惑う幼児もいましたが、みんなで同じものを食べる経験を通して、いろいろなものを食べてみようとする気持ちにつながりました。

●活動の成果、今後の課題

当園では家庭から弁当を持参していますので、好きな物が入っていることが多く、栄養面で偏りが見られることもあります。小学校の給食では野菜がたくさん使われていることを知って、おうちの方が一つは苦手なものを弁当に入れてくださるようになります。

就学への期待にも繋がるため、今後も継続していきたいです。



〈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〉

みんなで食べよう！ “おうちでごはんの日を呼びかけ”

愛知県

●実施時期：平成25年11月19日 ●対象者：県民

●内容

愛知県では、国が定めた「食育の日(毎月19日)」を「おうちでごはんの日」とし、家族や友人と食卓を囲む大切さを啓発しています。

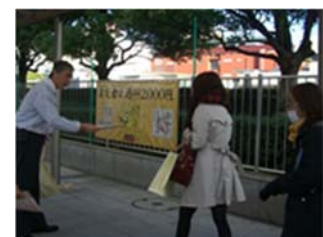
平成25年度は、金山総合駅において、関係部局が「育」と「19(イク)」をかけて連携した「育19キャンペーン」で、駅を利用する社会人や学生に向けて、早めに帰宅し、家族や友人と一緒に楽しく食卓を囲むよう呼びかけました。

●活動の成果、今後の課題

朝の通勤、通学時に呼びかけることで、県民のみなさんに仕事の進め方を見直し、家族や友人と食卓を囲むことの大切さを伝えることができました。また、各部局が連携することで、子育てやワーク・ライフ・バランスなども踏まえた呼びかけをすることができました。



毎月19日は「おうちでごはんの日」



〈取組項目：“おうちでごはんの日”の実践促進〉

〈取組場面：地域〉

みんなでお父さんにごはんを作ろう！

あいち食育サポート企業団

●実施時期：平成 25 年 6 月 ●対象者：親子

●内容

「父の日」をテーマとして「あいち食育サポート企業団」のオリジナルレシピを開発し、愛知県内のショッピングセンターのアピタ3店舗でレシピの調理体験イベントを行いました。

調理体験を通じて、栄養バランスの大切さと料理を作ることの楽しさを伝えるとともに、「いただきます・ごちそうさま」の由来についての紙芝居を行い、普段何気なく食べている食べ物が、実はとてもありがたいものであることを学んでいただきました。

調理体験でつくった料理は、最後には参加者ご自身で食べて頂きました。

企業団ホームページアドレス

<http://aichishokuiku-support.info>

●活動の成果、今後の課題

イベント終了後のアンケートでは、「食育について考えるきっかけになった」等のご意見を多く頂きました。今後はより多くの方に参加して頂けるように、実施店舗数を増やすなどの取組みを検討していきたいと考えています。



〈取組項目：” おうちでごはんの日 ” の実践促進〉

〈取組場面：地域〉

ふれあい昼食会

一宮市健康づくり食生活改善協議会

●実施時期：平成 25 年 6 月 ●対象者：高齢者

●内容

1人暮らしの高齢者を対象に地域の公民館などでバランスのよい手作りのお弁当と一緒に食べるふれあい昼食会を開催しました。

昼食会では、高齢者のお食事、食事バランスの大切さなどを、パネルを使用してお話ししました。

●活動の成果、今後の課題

ふれあい昼食会は、毎年さまざまな公民館で開催されています。みんなで食事を食べることで、どうしても孤食になってしまいがちな1人暮らしの高齢者が地域の同じ境遇の人とこの昼食会を通じて触れ合うことができます。

木曽川地区中心の活動なので、今後は少しずつ、一宮市全域で開催していければと思います。



〈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。

栽培・収穫・クッキングなど実体験を通じた食とのふれあい

安城市立桜井保育園、美土里保全会

●実施時期：平成25年6月～11月 ●対象者：園児

●内容

当園では、河川敷余剰地に美土里保全会の方とサツマイモの栽培をしました。苗を植えるための畝作り（芋倉作り）やマルチ張りなど段取りされた畑に芋づるを一人一本、挿しました。水やり、草取りなどの世話をし、秋には保全会の方と芋掘りをしました。その後、もみがらを燃やし、焼き芋をしました。もみの中から出てきたホクホクの焼き芋を頬張りました。残りは、茶巾絞りにしました。蒸かした芋をつぶしてラップで絞りおやつにしました。家に持ち帰り、天ぷらなどにしました。



●活動の成果、今後の課題

芋がどのように栽培され、どんな食べ方があるのかに興味を持たせ、実体験を通して知ることができました。教えてくださった保全会の方に感謝し、収穫物を利用し、一緒に食すことで連携をとるきっかけができました。今後も栽培・収穫・クッキングのアドバイスをもらいながら、芋の他にも食を通してふれあいたいです。



〈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〉

野菜の栽培と稲作の体験

認定こども園 岩滑こども園

●実施時期：平成25年5月～10月 ●対象者：年長児

●内容

当園では、近隣の半田農業高校の協力を得て夏野菜や稲作の栽培体験をしています。園児に野菜アンケートをして育てる野菜を決め、植え付けから世話、収穫までを体験し、収穫した野菜は給食の材料として味わいました。稲作は土作りから始め、白米黒米もち米をたらいに植え、稲刈りから精米までを高校生の協力のもと経験しました。出来上がったお米は子どもたちがとぎ、水加減を見て炊飯し、自分達でおにぎりを握っておいしくいただきました。



●活動の成果、今後の課題

自分達が愛情をもって育ててきた野菜には親しみが持て、苦手だった野菜でも食べてみようという気持ちが生じたり、お米になるまでの過程を知り残食が減ったりしたように思います。今後も農業高校と連携しながら、栽培から収穫の体験を続けていくとともに園便りを通して家庭での食育につなげていきたいと思っています。



〈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〉

●実施時期：平成25年5月～翌年2月

●対象者：西尾市内小学校5年生

●内容

西尾市内15の小学校の5年生を対象に、稲づくりの農業体験授業を行いました。地域の稲作農家や農協職員が指導者となり、田植えや稲刈りの体験を通じて、農業や食文化に対して理解を育てるとともに、家庭においても米中心の日本型食生活を勧めています。

春の田植えでは、子どもたちは全身が泥んこになりながら田植えをし、秋には黄金色に色づいた稲を慣れない手つきで刈り取りました。

●活動の成果、今後の課題

田植えから収穫までの一連の体験を通じて、子どもたちは自然の恩恵やそれを育てる生産者の知恵と工夫を学ぶことができたと思います。



〈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〉

たべまるキャラ弁コンテスト

●実施時期：平成25年3月～6月

●対象者：市民

●内容

豊田市では食育キャラクター「たべまる」を活用した啓発をすすめています。

市民のみなさんが食育に関心を持ち、親子で楽しく食育に取り組んでいただくため、たべまるのキャラクター弁当を公募し、食育月間の6月16日に最終審査を開催しました。

赤（たんぱく質）、黄（炭水化物）緑（野菜）の揃ったお弁当であること、豊田市産の食材を1品以上使用していること等、難しい応募条件の中、様々な工夫を凝らしたたべまるのお弁当が揃いました。

【実施内容】

- 1 開催日時 平成25年6月16日
- 2 開催場所 豊田市役所 栄養指導室
- 3 内容 たべまるキャラ弁コンテスト最終審査・表彰式

●活動の成果、今後の課題

コンテスト入賞作品を基にキャラ弁レシピ集を作成し、市内こども園訪問（たべまるの園訪問）の際に配布する予定です。また、市役所主催で親子キャラ弁教室を行います。



〈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〉

愛西市生涯学習講座の中の佐屋高校において開催する講座 「夏野菜の基礎知識」、「果菜類の基礎知識」

愛西市

●実施時期：平成 25 年 5 月 ●対象者：市民 20 人

●内容

愛西市では、県立佐屋高校にて、トマトやナス、ピーマンなどの果菜類の植え付けから収穫までの基礎知識を学ぶ講座を開講しています。

講座では野菜の細やかな育て方（土・肥料・水のこと）、収穫までの流れを聞いたり、畑での整枝・誘引や収穫体験などの実践も行いました。

また、実際に参加者にプランターに苗を植えてもらい、それをそのまま持って帰ってもらうという、家庭でも引き続き野菜が育てられるような講座を行いました。

●活動の成果、今後の課題

参加者からは、とてもいい勉強になった、自宅の家庭菜園の参考になった、などの声をいただいています。

実際に植え付けなどの体験をしてもらうことで知識・技術が広まるだけでなく、野菜づくりの面白さや収穫の喜びを体験してもらっています。



〈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〉

食農体験講座「種蒔きからそば打ちまで」

豊川市、豊川市農業委員会

●実施時期：平成 25 年 8 月 30 日、11 月 23 日、12 月 14 日 ●対象者：市内小学生親子 10 組

●内容

豊川市と豊川市農業委員会の共催による取り組みで、耕作放棄地を解消するため農業委員自ら草刈や耕起を行い、再生した農地で、そばを題材とした食農体験講座を開催しました。

種蒔きからそば打ちまでを体験するこの講座は、パート 1 に種蒔き、パート 2 に刈り取りとそば挽き、パート 3 にはそば打ち体験をする 3 回で構成され、市内の小学生の親子 10 組が参加しました。そば打ちまでの工程を全て自分たちで行うという貴重な体験をしていただきました。

●活動の成果、今後の課題

講座の参加者を公募したところ即日で定員になる盛況ぶりで、実際に参加した児童からは、「大好きなそばがどのようにして作られているのかがよく分かって良かった」と評判も上々、「豊川市内でもそばが生育し、収穫できることに驚きました」などの感想をいただきました。



〈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。

子どもお抹茶会

知多市立東部幼稚園（国公立幼稚園長会）

●実施時期：平成26年1月 ●対象者：5歳児

●内容

知多市立東部幼稚園では、5歳児34人がPTA主催のお抹茶会に参加しました。茶道の心得のあるPTA保護者の方の指導のもと、茶道の心「人にも、ものにもやさしく」をテーマに子ども向けに分かりやすくお話ししていただきました。その後、実際に和菓子やお抹茶のいただき方、相手への勧め方など「お先にいただきます」「どうぞ」と声を掛け合い、相手を気遣う作法を体験しました。茶道の心、作法に触れる機会となりました。



●活動の成果、今後の課題

茶道の心得に触れる体験となり、いつもと違う緊張感を味わいながら、言葉遣いや姿勢、相手への気遣いを意識し、立居振る舞いをする機会となりました。今後も、このような日本文化、作法に触れる体験を大切にしていきたいです。



〈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〉

アレルギー食・多様な食文化への理解促進

刈谷市

●実施時期：平成26年1月～2月 ●対象者：幼稚園児、小中学生

●内容

刈谷市では、食物アレルギーに対する理解を図るために、紙芝居を取り入れています。イラストは小さい子向きですが、食物アレルギーに関する内容を網羅していますので、中学生にも読み聞かせをします。平成25年度は市内すべての幼稚園児・小中学生に読み聞かせをしました。

●活動の成果、今後の課題

子どもだけでなく先生にとっても初めて知ることがあり、食物アレルギーへの対応について学習することができました。来年度からは、新入園児・新入生を対象に実施します。



〈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：学校〉

●実施時期：平成 26 年 1 月 24 日～30 日 ●対象者：小中学生及び保護者

●内容

1 月 24 日から 30 日までの「学校給食週間」で岩倉市内産（ねぎ、みつば、だいこん、い〜わくん野菜コロケ、名古屋コーチン）や愛知県内産（キャベツ、みかん寒天、牛乳、れんこん、守口大根、米）の食材を取り入れ、また愛知県の郷土料理や学校給食の歴史を表す献立を実施しました。そして、その内容について献立表に掲載し、また給食便りを特別号として発行し小中学生に配布しました。

1 月 28 日には「ふれあい給食」として岩倉市長や市会議員、教育長と南部中学校の生徒と一緒に給食を会食しました。

●活動の成果、今後の課題

岩倉市のマスコットキャラクター「い〜わくん」からネーミングした「い〜わくん野菜コロケ」は、その献立名から子ども達の興味をひくものとなり話題となりました。

今後はい〜わくんの焼印が入った卵焼きを取り入れる計画を進めています。



〈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〉

愛知を食べる学校給食の日の実施と児童生徒の畑見学

●実施時期：平成 25 年 6 月 ●対象者：大治町児童生徒

●内容

6 月 19 日の食育の日を「愛知を食べる学校給食の日」に設定し、愛知県産の食品と共に、生産者組織「大治町地産地消学校給食会」から納入される、大治町産のにんじん、にんじんの葉、たまねぎを取り入れた献立を実施しました。事前に、当日使用するにんじんや、たまねぎ等の畑を、各校の給食委員会の児童生徒が訪れ、生産者から話しを聞き、収穫体験を行いました。また、畑見学の様子をたよりや掲示物にして、地産地消の取組を全校に知らせました。

●活動の成果、今後の課題

畑見学に参加した児童生徒は、生産者の話を直接聞くことで、生産者の思いや苦勞を知り感謝の気持ちが高まりました。たよりや掲示物で紹介することで、全校の児童生徒に知らせることができましたが、今後は、より多くの児童生徒が直接生産者の話を聞く機会を増やしていきたいと思ひます。



〈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〉

●実施時期：平成 25 年 10 月 12 日 ●対象者：栄養教諭・学校栄養職員

●内容

J A 愛知中央会では、県下の栄養教諭・学校栄養職員を対象として、農産物の生産現場の視察、収穫体験等を行う研修会を毎年開催しています。参加者が体験・体感したことを子供達へ伝え、食の背景にある生産の現状や農産物の流通等について子供達に学んでもらうことや、地場産物を学校給食へ導入してもらうことが狙いです。

平成 25 年度は J A ひまわり管内（豊川市）のアスパラ農家、柿農家の圃場を見学し、収穫体験を行いました。

●活動の成果、今後の課題

「収穫したばかりのアスパラをそのまま生で食べられることにビックリした」等といった感想があり、栄養教諭・学校栄養職員の皆さんに新しい知識や経験を蓄えて頂ける有意義な研修会になりました。

学校給食で地元特産物を積極的に使って頂けるよう、今後もこのような研修会を開催していく予定です。



〈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〉

ヘルシーセミナー『孫にも伝えたい伝統食（もち）』

公益社団法人 愛知県栄養士会

●実施時期：平成25年12月14日 ●対象者：祖父母と孫（または親子）

●内容

日本の四季は豊かな恵みをもたらし、季節の様々な行事は貴重な伝統食を生み出してきました。これら伝統食を子や孫へと継承するために、栄養教諭による講話「孫にも伝えたい日本の伝統食（もち）」と親子で花餅づくりと餅の試食を実施しました。搗き立ての紅白餅を準備し、作り方の説明と同時進行で、小枝に紅白のお餅を巻きつけて花餅の出来上がりです。最後はきな粉、おろし大根、餡の三つの味を楽しんでいただきました。

●活動の成果、今後の課題

18 組の皆さんにご参加いただき、日本の食文化を改めて見直す機会をご提供できたと考えます。「季節ごとの食文化を大切にしたい」「華やかな正月飾りができ嬉しい」などご意見をいただきました。

今後も本会は、栄養バランスがとれる「一汁三菜」の食形態を守るためにも、伝統食の啓発に努めていきたいと考えます。



〈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〉

●実施時期：平成 25 年 7～3 月 ●対象者：市民

●内容

毎年、市内広報で募集する「清須市農業体験塾」の事業の一環として、希望者に季節の漬物づくりの実習を平成 25 年度から始めました。

この事業では、特産野菜をはじめとした野菜の栽培、収穫体験をしています。平成 24 年度までは、収穫しておしまいでしたが、今年度は参加者の強い希望もあり、保存食（漬物）を教えてほしいということでした。

清須市には伝統野菜のかりもりがあります。かつて、かりもりの粕漬はこの地域（一場地区）でとても盛んでしたが、高齢化とともに漬ける人がほとんどいなくなってしまいました。

そこで、この伝統的な味を後世に伝えていくために、興味をもっていただけたらと思い事業の一環に組み入れました。

●活動の成果、今後の課題

この実習に参加したのは、体験塾塾生の中で希望者の 10 名ですが、非常に熱心に体験をしてもらうことができました。体験者の希望もあり、かりもり粕漬をきっかけに大根のたくわん漬け・白菜の漬物等にも取り組みました。

かりもりの粕漬は、手間暇をかけないと伝統野菜のおいしさを出すことができないので、他の漬物との違いを体感していただきました。

かりもりの粕漬は、手間暇がかかることから熱意のある後継者づくりにこれからも取り組んでいきたいと思えます。



〈取組項目：高齢者による食事作法や食文化の地域内継承〉

〈取組場面：地域〉

