

取組事例 1 ～おやこで作るおにぎりコンテスト～ ((社)和歌山県調理師会)

日 時：平成 17 年 11 月 19 日 (土)
会 場：海南市保健福祉センターにて
参加者：親子 32 組



和歌山県知事賞作品 (最優秀賞)

「おにぎり」という身近な料理を通じ、地域の特産品を使い、今までにないおにぎりを親子で考えることによって、食に関する創造性を高め、普段希薄になりがちな食への関心を持ってもらいたいと考え、コンテストを開催しました。当日は、大勢の親子で賑わい、審査中は豆つかみやリンゴの皮むき競争などで盛り上がりました。

～子どものお弁当コンテスト～

日 時：平成 18 年 10 月 29 日 (土)
会 場：有田うまいもんまつり特設会場にて
応募者：親子 50 組

昨年のおにぎりコンテストに引き続き、今年は育ち盛り子ども達に、見て楽しい・食べて元気になれる和歌山の地産品を使ったお弁当をテーマに、和歌山の特産品やバランスの摂れたお弁当作りに興味を持ってもらうことを目的としたコンテストを開催しました。当日は、書類審査でしたが、まつり参加者の大勢の方に見ていただくことができ、お弁当に対する関心の高さが伺えました。



和歌山県知事賞作品 (最優秀賞)

取組事例 2 食育推進教室 (和歌山県食生活改善推進協議会)

各市町村の食生活改善推進員による保育所での食育推進の様子です。保育所・幼稚園児を対象に紙芝居を使って、食の大切さを話ししているところです。



◆紙芝居の一例

『かぞくそろって楽しい食事』

「みんなのお家は家族そろって食事をするのは1日なんかいるかな。

同じごはんでも一緒に食べるとずっとおいしく食べれるから、不思議ですね。

保育園でのこと、お友達のこと、うれしかったことをお家の人に話してあげましょう。」

延べ33市町村2715人(H17)参加

取組事例 3 おやこ食育教室 (和歌山県食生活改善推進協議会)

地域の子どもとその保護者を対象に食の楽しさを親子で学び、会話をしながら食事をする中で、栄養バランスのよい食べ方や、食事のマナーなど、正しい食習慣を身につけるため、おやこ食育教室を開催しています。



食生活改善推進員さんの指導の下、「食」の大切さのお話のあと、親と子一緒に、牛乳・乳製品を使って料理実習をしているところです。



延べ28市町村977人(H17)参加

取組事例 4 学校給食を通じた食育の推進 (和歌山県学校栄養士研究会)

児童生徒が生涯にわたって健康で生き生きとした生活を送ることを目指して、学校給食を通じた食育の推進を図るため、様々な取組を実施しています。

学校栄養職員の資質向上のために、今日的な話題を中心とした講演会を開催しています。

本年度は「食事バランスガイド」の説明会や、教科と関連させた食育についての講演等を実施しました。



調理講習会の実施

「果物を活用した献立」「豆を活用した献立」「牛乳を利用した献立」「鯨肉を活用した献立」など、いろいろなテーマを決め、学校給食に活用できる献立を考え試作、検討しています。

県内各支部で独自の取組を進め、その内容を冊子としてまとめ、県内全ての小・中学校、盲・ろう・養護学校に配布し、先進的な食育を広めています。



各学校では、それぞれの学校の教育目標に合わせた食教育が、担任、学校栄養職員、地域の方達が協力して進められています。また、その内容は給食の献立にも活かされます。

取組事例 5 よい食生活をすすめるためのグループ講習会 (和歌山県食生活改善推進協議会)

牛乳・乳製品の摂取量をもとめるための食生活講座



牛乳・乳製品は栄養の不均衡を是正するのに効果的な食品です。

これらの食品の摂取は、カルシウムの摂取量をも高め、健康寿命の延伸と生活習慣病予防、並びに一人ひとりのQOL（生活の質）の向上に資する面が極めて大きいと考えられています。

そこでスキムミルクやチーズを使って料理実習を含めた講座を開催しています。

延べ46市町村945人(H17)参加

取組事例 6 スポーツ少年と食育 (和歌山県食生活改善推進協議会)

「よい食生活をすすめるための講習会事業」の一環として小学生を対象に「スポーツ（サッカー）少年と食育」の普及活動を実施しています。



現在、地域ではサッカー、野球などのスポーツ活動が盛んに学校単位で行われていることから、参加する子どもと応援に来ている保護者を対象に「スポーツと食育」をテーマに



食食用下敷を配布し、子どもの食育についてみんなで話しながら、正しい食育について伝えていきます。

延べ10市町村350人(H17)参加

取組事例 7 男性のための料理教室 (和歌山県食生活改善推進協議会)

料理をしたことのない男性が一人暮らしを余儀なくされたり、单身生活をしなければならなくなり、まず困るのが毎日の食事です。また、高齢者の低栄養も問題になっている今、男性も自らの健康に気を配り、元気に暮らしていくことができるよう支援します。



食事バランスガイドの活用の仕方、食材の買い方・保存方法などについてテキストを使い勉強したあと、手間をかけず、簡単においしく作れるレシピを参考に地場の食材をつかった料理実習をしているところです。

延べ46回594人(H17)参加

取組事例 8 男性・高齢者の自立のための食生活講座 (和歌山県食生活改善推進協議会)

高齢者の身体諸機能は加齢とともに低下し、運動能力や疲労回復力、自己免疫能力等が低下することにより、生活習慣病や整形外科疾患が多発します。また、食事では歯の喪失による咀嚼能・消化吸収能・味覚の低下や嚥下障害、一人暮らしによる孤食からの食欲不振など、高齢者の身体的・社会的特徴を十分に考慮しながら、運動や食事を介して地域住民や他世代との交流を豊かにするための活動を支援します。



超高齢化社会を迎え、中高年男性に求められる食の自立を計るため、調理実習を含めた講座を開催しているところです。本日のメニューは、豚ヒレ肉とピーマンのピリ辛炒め・海草と根菜の豆腐ヨーグルトソース・なすの胡麻煮の3品でした。

取組事例 9

料理集「和歌山野菜と果物／春夏秋冬」の作成 (和歌山県JA女性組織連絡会)

～地域食材の活用を通じ、
食の大切さや県内農産物の消費宣伝などを地域に発信していきます～

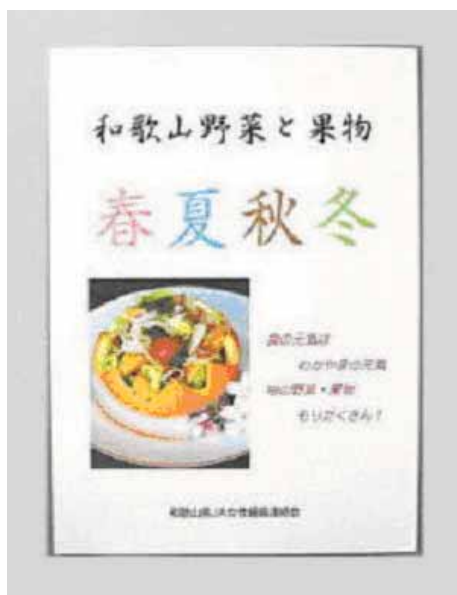


地場農産物の大切さを再認識するとともに、昔から地域に伝わってきた郷土料理も伝えていくため「クッキングフェスタ」など地元産の農産物を使った料理や郷土料理を味わうイベントを開催しています。

レシピはJA広報紙やホームページにも掲載しています。

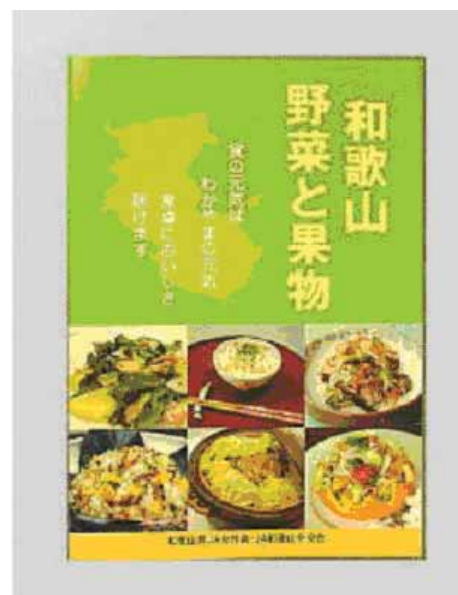
そのなかから、県女性組織創立40周年（平成17年度）を記念し、こうした活動の集大成として、「和歌山野菜と果物／春夏秋冬」を発行し、県内農産物の地産地消に役立てています。

各JAの女性会が、それぞれの地域の特産品の採れる季節に自分たちで料理し、写真撮影して、手作りの料理集ができました。



冊子「和歌山野菜と果物－春夏秋冬」

料理本：2,000部発行 107品目



パンフレット

パンフレット：6,000部
料理本から33品目抜粋

取組事例 10 JAの学童農園等の取り組み (JAグループ和歌山)

対象：幼稚園・保育所・小・中学校対象

次世代を担う子どもたちが農業体験を通じ、食物を生産する苦労や喜びなどを学び、「食料や生命の大切さ」を理解するなど、教育委員会・関係機関との連携のもと、総合的な学習の時間等を積極的に活用し、食農教育に取り組んでいます。

●田植え・稲刈り・米加工体験支援



●地域特産品の収穫・加工体験支援



落ち梅の収穫



漬け梅の天日干し



しそ漬け

●野菜作り体験支援



耕運作業



苗植え作業



野菜の栽培

取組事例 11

小学校社会科副読本「わかやまの農林水産業」指導資料集発行と配布
(わかやまの農林水産業編集委員会)

対象：小学校5年生対象
実施年度：昭和59年度～

【副読本の贈呈】

年度（平成）	12年度版	13年度版	14年度版	15年度版	16年度版	17年度版
贈呈校数（校）	298	308	305	301	298	292
贈呈部数（部）	12,067	11,822	11,637	11,487	11,143	11,265

次代を担う小学生に対し、学校教育を通じて食料・農業・林業・水産業についての正しい理解と認識を深めてもらうための副読本「わかやまの農林水産業」（平成18年度版＝通算第20版）を編さん・発行するとともに教諭用指導書として指導資料集を編集・発行し、毎年県内小学校の5年生全員に副読本として贈呈しています。



JA和歌山中央会、和歌山県森林組合、和歌山県漁業協同組合連合会、和歌山県で構成する「わかやまの農林水産業編集委員会」で発行、実際の取材活動や編集作業は県内の小学校の校長・教頭・教諭など13名で構成する編集専門委員会が行っています。

この副読本は、和歌山県内の農林水産業の実態を正しく理解し、より認識を深めてもらうことを目的に編集しています。毎年改訂しています。

副読本内容

- 農業について
- 漁業について
- 林業について
- 森林や川、海の役割と暮らしとの関係等

取組事例 12

地域農産物を利用した郷土料理の伝承活動

(和歌山県生活研究グループ連絡協議会)

県内各地で消費者や学生を対象に、伝承料理や地域産物を使った味交換会を開催するなどの伝承活動を行っています。



●農作業体験を通じた食育推進活動

稲刈りやみかん、野菜等の収穫など子ども達と一緒に農作業体験を行うことで、子ども達に食べ物の大切さ、農作物をつくる喜びや収穫の喜びを学んでもらう等の取組も行っています。



●地域ごとに特色ある食材を活かした郷土料理や食材調査等をまとめた「活かそう、伝えよう！わかやまの食材・食文化」を発行し、和歌山県で古くから受け継がれてきた食文化の伝承に取り組んでいます。



取組事例 13 親子でソーセージを作ろう (わかやま市民生活協同組合)

献立を考え、買い物をし、調理を体験することで「食」について考え、関心をもってもらうことを目的に開催。小学生を持つ組合員を対象に募集し、10組23人の親子が参加。3つのグループに分け、ワークショップ形式で進行了ました。

●食べ物クイズ

食べ物カード（穀物・野菜・果物などの絵柄が入ったカード）を親子に一枚づつ配布し、主食・副食など食事バランスをグループで話し合いました。

食事のバランスガイド（図）を活用し、自分のカードがどの部分に当てはまるのか考え、バランスガイドに貼り付けていきました。



●ソーセージを作ろう

食品メーカーの協力で、原料のミンチ肉を練り、腸に詰める作業を体験。



●ワークシートづくり

ソーセージをメインに、バランスのとれた献立・作るもの・買い物をするものを自分たちで考えワークシートに記入しました。

●買い物に行こう

子どもだけで副菜（主に野菜サラダ）の買出しを行いました。その後、お母さんに切り方を教わり、副菜づくりを行いました。

出来上がった料理をみんなで食べながら、ワークショップを通じてわかったこと、楽しかったこと、苦労したことなど感想を出し合い、親も子どももとてもいい体験になりました。

