



いただきます 元氣ながさき おいしか県 びわ太郎食育通信



平成27年9月 第33号 長崎県食品安全・消費生活課

電話 095-895-2366 FAX 095-824-4780

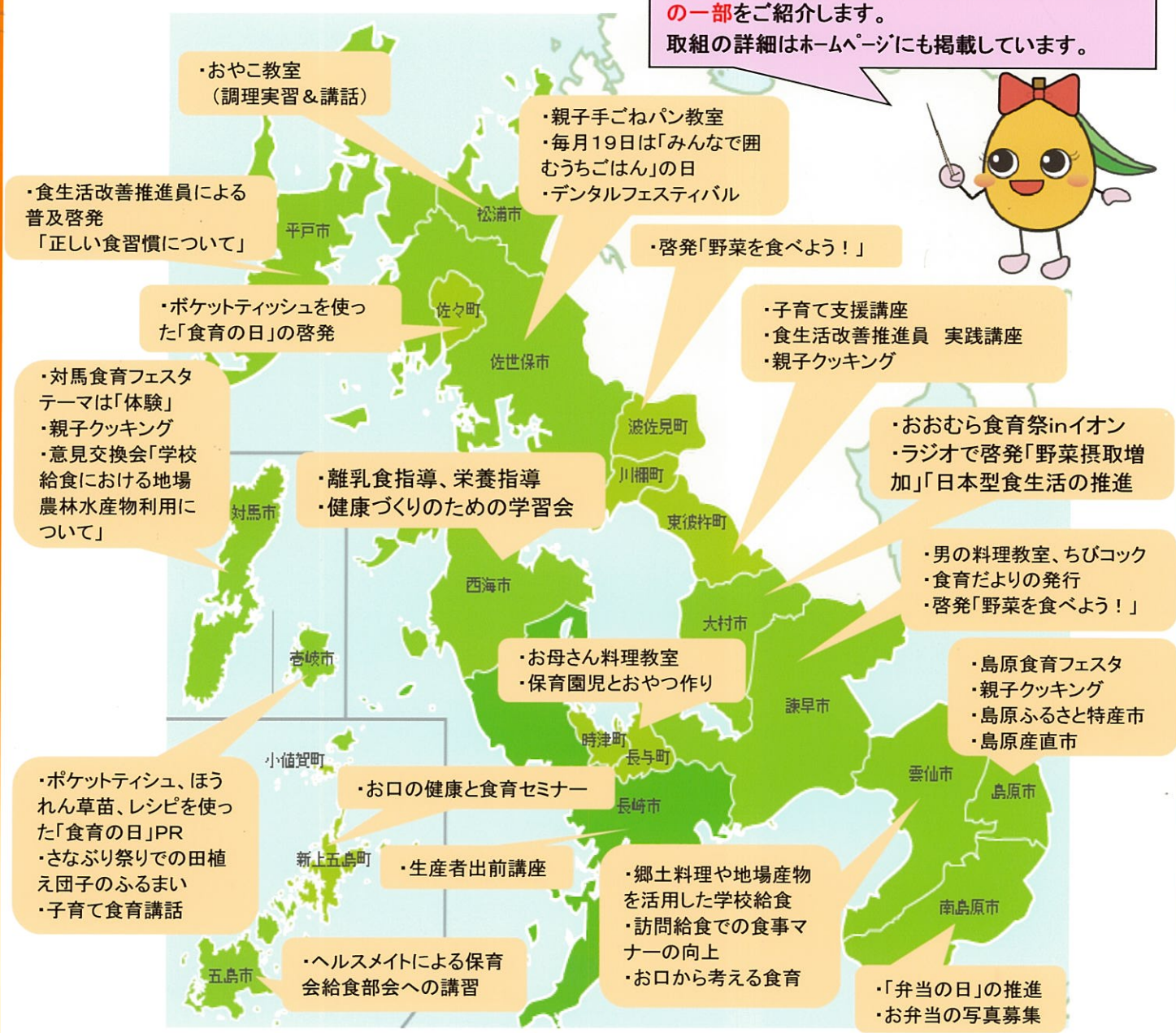
長崎県食育のホームページ <http://www.pref.nagasaki.jp/shokuhin/>

こんにちは！ほくびわ太郎です。もうすっかり季節は秋ですね。秋といえば、「音楽の秋」「読書の秋」「スポーツの秋」そして「食欲の秋」！！
秋は、毎日いそがしく過ぎていく日々に一呼吸おいて、ゆっくりと趣味を楽しんだり、日頃、何気なくある景色や味に気づいてみることをすすめている季節なのかもしれませんね。みなさんも秋を感じて楽しんでください。



地域の発信

各市町では、年間を通じて様々な取組をされています。ここでは、**2015年6月(食育月間中)の取組の一部**をご紹介します。
取組の詳細はホームページにも掲載しています。



〈8月末までの報告分から抜粋〉

平成27年度 長崎県食育推進活動表彰を開催しました（7月28日）

この賞は、社会的貢献度が高く、他のモデルとなる実践的な食育活動に取り組んでいる

受賞者紹介

時津町婦人会

「頑張るから元気」をスローガンにボランティア活動を展開されています。
生ごみリサイクル活動、収穫体験を通じた取組は、若い世代の親たちが地域社会へつながるよいきっかけとなっています。
また、親子クッキングでは、食の安全も意識したメニューを取り入れるなどされています。

波佐見町食生活改善推進協議会

波佐見町において、近年では、「郷土料理の伝承と啓発、生活習慣病の予防と改善、若年層との食育交流」に力を入れ、活動をされています。
その活動は、関係機関等との連携により、子どもから高齢者まで幅広い対象者の意識向上につながっています。

長崎県生活研究グループ連絡会

農山漁村の生活向上の促進を目的として結成されたこの会では、30年以上にわたり、伝統的な食文化の記録化に取り組まれています。
長崎県各地に伝わるおふくろの味を一冊にまとめた「長崎の郷土料理ふるさとの味」を通じて、郷土料理の継承へと発展し、豊かな地域づくりに貢献されています。

東彼杵町立千綿小学校

地域の関係団体や保護者の協力を仰ぎながら、各学年別に指導目標を立て、その達成にむけて活動をされています。
また、毎年食育フェスタ（PTA主催）を開催し、活動の振り返りや他学年への紹介もされています。
この取組により、朝食抜きの児童がいなくなるなどの効果をもたらすとともに、その活動は、ふるさとへの愛着を深めることにつながっています。

おめでとうございます

受賞者のみなさん
はい！千〜ス！



※詳しくは
ホームページに掲載



～画面左から～

- 時津町婦人会
- 波佐見町食生活改善推進協議会
- 濱本副知事
- 長崎県生活研究グループ連絡会
- 東彼杵町立千綿小学校

ボランティア活動報告

😊 佐々町食生生活改善推進連絡協議会

6月13日、56年ぶりの宮中献穀事業の『お田植祭』が行われました。

地元、佐々小学校の生徒たち男女10名が、古式に則り大役を果たしました。秋の収穫祭が楽しみです。



😊 長谷川 佐紀子さん(長崎市)

テーマ：『今 大切にしたい朝ごはん』



～香焼保育所の依頼で「今 大切にしたいあさごはん」というテーマの育児講座を開催しました～

- 場 所： 長崎市香焼保育所
- 日 時： 平成27年6月6日（土）10：00～12：00
- 対 象： 在園児の保護者、地域の未就学者の保護者
- 内 容： ①食育について
②今、大切にしたい朝ごはん
③素材について（子どもの好きな食べ物 嫌いな食べ物）
④簡単にできるレシピ

【使用した資料の内容】

今 大切にしたい朝ごはん

- ① パン と ジュース（カタカナ食）
- ② ごはん と みそ汁（ひらがな食）

	素材と形	添加物	そしゃく力	腹持ち	副 食
パン 	小麦 形が無くなる	砂糖・油脂 塩分・調味料	小さい	短い	バター・ジャム ソーセージ ハム 等
ごはん 	米 形が残る	無し	大きい	長い	海苔・ふりかけ 梅干し、佃煮 納豆 等

😊 竹嶋 巖さん(西海市)

【大瀬戸小学校での活動】

- 5月… 4年生がびわを収穫しました。今年はびわの花房が少なかったため、丁寧に袋かけをしました。そのため、大きくて黄色い美味しいびわが食べられました。（写真①）
- 6月… 5年生が田植えをしました。田んぼの土のヌルヌルした感触が気持ちいい人、そうでない人がいました。（写真②）
- 7月… 4年生は大豆を播種しました。雑草が茂った畑を耕起するのが大変でした。たくさん収穫できたら豆腐を作ることになります。（写真③）



地域からの発信

😊 今福保育園(松浦市)

- 5月… 年長児がジャンボかぼちゃの苗を近所の畑に植えました。
- 8月… ジャンボかぼちゃの収穫
- 9月… かぼちゃコンテストにて、かぼちゃの大きさや重さを競いました。

【今後の予定】

10月～2月にかけて各クラスで保育参観をし、給食試食会を行う予定です。



😊 時津保育所(時津町)

- イベント : 『親子でわくわく子育て広場』
- 日時 : 平成26年11月16日(日)
- 対象 : 時津町内0歳～就学前まで
- 内容 :
 - ・時津町内8ヶ園の保育士と調理員による、ゲームや製作、展示物(年間でテーマを決め、内容を写真にしたり表にして展示する)…給食部会
 - ・参加者に保育の悩みや食事についての悩みを各担当保育士や栄養士、調理師に相談したり、アンケートに記入してもらい集計して次回につなげていく。



😊 若木保育園(加津佐町)

【H27年5月】

- いちご狩り : 加津佐町後登龍のイチゴ畑に行って収穫。収穫後はその場でパクリ。
- いちごジャム作り : いちご狩りで収穫したいちごを使ってジャム作りをしました。
- ジャがいも掘り : 昨年園の畑に植えていたジャがいもを収穫しました。



いちご狩り



いちごジャム作り



ジャがいも掘り



😊 山美幼稚園(諫早市)



平成26年度から27年度の取り組みとしてグリーンピースの栽培を行いました。

11月頃にポットに種を蒔き、水遣りや観察をしながら大きくなるのを楽しみに声を掛ける子もいました。

この頃はまだ、グリーンピースになる実感がわきませんが、花が咲いたり実がなると嬉しそうな表情の子ども達でした。

理事長先生のカモお借りして畑にも豆を植えました。時々、散歩に行って豆の成長を観察しました。5月になると立派なグリーンピースがたくさん実り、年長児になった子ども達は大量の収穫に声を弾ませていました。年中、年少の子ども達も持ち帰って、それぞれの家庭でおいしく頂きました。翌日のお弁当には収穫したグリーンピースが入っている子もいました。自分達で育てた野菜の成長を喜び、旬の味をおいしく頂くこ



😊 新城保育園(大村市)

- 5歳児が5月末にピーマン、ミニトマト、ナスの苗を植え、育てています。その後、それらの野菜の収穫を行いました。植物の成長過程や自分達で育てることにより、食への関心を深め、命の大切さについて学ぶことを目的としておこなって
- 子ども達自身でいちご狩りを行い、持ち帰ったいちごを保育園でジャムにしました。料理することの楽しさや食材がどのようにして変化していくかを学ぶために行いました。



😊 ふたば保育園(諫早市)

- 4月… 野菜の苗植え(トマト、ミニトマト、きゅうり、ナス、ピーマン、とうもろこし、かぼちゃ) ※収穫後は給食に取り入れます。
- " 食育の日にクイズと熊本県北の郷土料理(南関あげ巻き寿司、松風)をいただきました
- 5月… 食育の日にクイズと熊本県北の郷土料理(玉名地方のキャベツを使ったロールキャベツ、いきなり団子)をいただきました。また、5歳児がよもぎもちを作りました。
- 6月… 食育の日にクイズと天草の郷土料理(タコめし、あおさ、天草サブレ)をいただきました。また、田植えを体験したり、4歳児がゼリーを作りました。
- 7月… 食育の日にクイズ天草の郷土料理をいただきました。また、5歳児と学童の交流会でカレーを作りました。
- 8月… 食育の日にクイズと熊本市内の郷土料理をいただきました。
- 9月… 4歳児がかぼちゃパイを作りました。



【今後の予定】

- 毎月、クッキング、食育の日にクイズと郷土料理。10月は稲刈りの体験。

😊 太陽の子保育園(佐世保市)

【休職試食会をおこないました】

6月20日、保育参観後、保護者の方も一緒に給食を試食しました。日頃の給食の様子や、給食の量、味付けなど、お話しをしながら試食しました。苦手な食材や料理にもどのように声掛けをしたらよいのか、どのように調理の時点で工夫したらよいのかアドバイスをしました。



😊 友愛社会館幼稚園(長崎市)

【平成27年度の活動】

○毎年、EM菌(通称菌ちゃん)を使った土づくりを行っています。各家庭から持ち寄った野菜くすとぼかし(EMぼかし)を土に混ぜて土づくりをします。今年も保護者の方の協力を得ながら年中児が力を合わせて土混ぜ活動をしました。作った土に後日、それぞれの学年で夏野菜の苗を植えました。毎日子どもたちが水をやり、大きく育った野菜は7月、もみもみ漬けにしたり、ピザにしたりして美味しく頂きました。

○6月、年長児は、家族の人と一緒にクッキングを楽しみました。材料を選び、すりばちですり合わせ特製ふりかけの出来上がり。「おいしい、おいしい」と大好評でした。「お家でも作って食べました」という声も多かったです。



元気土作り



苗植え



水やり



年長家族参加日



😊 高島幼稚園(長崎市)

【『親子おやつ教室』にてより作り！】

- 対象者 : 園児、保護者、園職員、小・中学校養護教諭
- 内容 : 歯に良いおやつ作りということで、園歯科医指導の下、地域の方をゲストティーチャーに招き、親子でおやつ作りをしました。



～6月は『食育月間』毎月19日は『食育の日』～

『第5回 全国こどものための愛情弁当コンテスト』で
県内の高校生が最優秀賞を受賞しました



最優秀食作品(写真:長崎新聞社)

公益社団法人日本調理師会(事務局・東京)が主催する「第5回全国こどものための愛情弁当コンテスト」にて、県立長崎西高3年の本村奈央さん(17)の弁当「パンダとくまのたのしい遠足」が日本調理師会最優秀賞に選ばれました。今回は全国から3080点の応募があり、「日本調理師会最優秀賞」が1人と「国民の健康と食の安全を考える会最優秀賞」1人のほか、65人が入賞しました。

facebook …はじめました。

僕の『びわ太郎日記』
見に来てね!

facebookページ『びわ太郎の食育日記』をよろしくお願ひ
します。

びわ太郎からは食育に関する豆知識や、いろいろな情報を長
崎県に絡めて発信、こびわちゃんからは料理や食材についての
内容を写真や絵などと一緒に楽しく紹介しています!

ぜひ、遊びに来てくださーいね!お待ちしております。

※ご報告いただいた活動内容等はfacebookでも紹介していま
す。



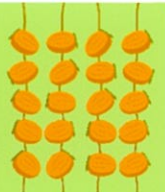
調べてみました!



渋柿を干すと、甘くなるのはなぜ?

渋柿にはタンニンというだ液に溶けて、渋味を感じる成分が邪魔している
から渋いの。でも、柿を干すとタンニンが不溶性になるので、渋味を感じな
くなって、甘味を感じるようになるのよ。

～群羊社「たべもの・食育図鑑」より～



びわ太郎食育通信に掲載する食育活動の情報をお寄せ下さい

この紙面への掲載の参考とさせていただきます

県内各地域での食育に関する取り組み、お知らせをお寄せ下さい。

《送り先》〒850-8570

長崎市江戸町2-13

長崎県食品安全・消費生活課

TEL 095-895-2366

FAX 095-824-4780

写真も大歓迎 ♥

長崎県 食品安全

検索

