

いただきます 元気がさき おいしか県

びわ太郎食育通信

平成30年9月 第45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/shokuiku/>

Facebook「びわ太郎の食育日記」

平成30年度長崎県食育推進活動表彰 = 受賞者紹介 =

7月31日に授賞式を行いました。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個人及び団体に対する長崎県知事表彰です。

●山下 登さん

長崎市立南小学校の生徒を対象に、地域や子ども達にとってつながりの深い「びわ」の栽培を通して、地域を愛し、誇りを持つ気持ちを次世代へ継承する活動をしています。子ども達はびわの育て方や歴史を学び、生産、収穫、調理までの幅広い学習を地域の方や他校の子ども達と交流しながら行うことで、他者と関わる力が育まれています。活動は10年以上続けられており、地域に住む農協青年部の方にも継承され、今後も継続して行われることが期待されます。

●平戸市食育推進会議

「平戸市の伝統的な食文化を継承し、食に関して正しい知識と判断力を身につけ、健全な食生活の実践により、心身ともに健康で生き生きとした生涯を送ることができる市民を育てる」ことを基本理念に、家庭、地域、学校、保育所、生産者等、幅広い関係機関、団体等と連携、協力を図りながら食育推進事業を実施しています。特に、小、中・高生を対象とした「食育コンテスト」は、豊かな自然で育まれた地元の食材を知り、生産・加工の段階から「食」について考える事ができるようなコンテスト内容となっており、テーマを変えながら毎年実施していく事で「食」が育む心と身体の成長を感じる事ができる取組となっています。

●農事組合法人サンエスファーム

消費者に安心してしいたけを食べてもらうためには、生産プロセスの公開が必要との考えから、平成22年3月の創業時より、工場見学を通じた食育活動に積極的に取り組んでいます。

また、専門知識を持つ「きのこマイスター」を中心に企業全体で食育情報の発信に取り組んでおり、平成25年9月からは工場敷地内に直売・カフェ施設「みなぬめキッチン」をオープンし、これまでになかったメニューでしいたけの魅力を広げると共に、消費者の声を聴きながら新しい商品の開発や健康効果の高い食べ方を伝えるなど、食育活動に日々取り組んでいます。

●川棚町食生活改善推進協議会

昭和62年の協議会発足以来、30年以上に渡り、食を通じた地区活動に取り組んでいます。ふれあい農業体験学習では、講話や試食の実施による地産地消、愛育食育フェスティバルでは、親子でのみそ作り体験を通じた和食の推進に取り組んでおり、特に親子料理教室では、学校・PTA、給食センター、ボランティア団体と連携を密にし、郷土料理についての講話や、調理実習を行い、子ども達に向けた食育活動を実践しています。

●佐々町地域婦人会

平成23年度から地元小学校3年生の児童と共に、食育活動を開始され、児童の家庭や給食調理室から出る生ごみや、婦人会がスーパーや飲食店から集めた生ごみを合わせて作った堆肥を利用して野菜を作り、その野菜で調理実習を行うという、環境・食育活動を行っています。

婦人會を中心として学校・家庭・地域が連携して野菜くずから新たな命を持った野菜を作りだすことで、子供たちが食べ物や生命の大切さを実感する機会を提供し、子ども達の学びを育む役割に大きく貢献しています。

【前列】

～左～
山下 登さん・

～中央～
上田副知事

～右～
佐々町地域婦人・
連絡協議会



【後列】

～左側～
平戸市食育推進会議・

～中央～
サンエスファーム

～右側～
川棚町食生活改善
推進協議会

ボランティア活動報告



😊 長崎調理龍友つくし会(長崎市)

～調理講習と敬老会のお弁当～

敬老会でのお弁当の提供や、こども食堂での料理提供、中学校での調理指導などを行っています。今年度より、長崎県食育ボランティアに登録されました。



ふれあいセンターでの調理実演



公民館での食育講座



中学校での調理指導



老人会でのお弁当の提供

😊 竹嶋 巖さん(西海市)

～びわの収穫～

5月22日に、大瀬戸小学校の4年生がびわの収穫を行いました。今年のびわは冬に寒い日が続き、成長が遅れましたが、春先には好天に恵まれてとても美味しいびわの収穫ができました。



地域の活動報告



😊 かめりあ こども園(大村市)

～旬の食材を知る～

2歳児がとうもろこしの皮むきのお手伝いしました。また、年長児が園の畑で育てたなす・枝豆・ミニトマトを収穫しました。



とうもろこしの皮むき



夏野菜の収穫

😊 今福保育園(松浦市)

～親子クッキング(年中児)～

4歳児親子でカレーとフルーツポンチを作りました。お米を洗ったり、野菜をむいたり切ったり。自分たちで作ったカレーは特別に美味しく感じられ、保護者同士の交流もはかられて楽しく過ごしました。



😊 まめの木保育園(長崎市)

～いちごジャム作り(5歳クラス)～

身支度をし、いちごジャム作りに挑戦しました。洗っておいたいちごのヘタを取り、マッシャーでつぶしました。レモンと砂糖を入れて火傷に注意しながら火にかけました。



😊 いちご保育園(諫早市)

～空豆の皮むき・破竹の皮むき・梅干しと梅ジュース作り～

いちご保育園の近くに「いちご村」と称する園の山があります。破竹や梅がたくさん実りますので、子どもたちが収穫してきました。旬の野菜や実に触れ、とてもいきいきとした表情でした。梅ジュースや梅干し作りは真剣に取り組んでいて「氷砂糖は、なぜ冷たくないの?」や「梅から出てくる水は、どれだけだろう!」と、お友だちで話し合う場面もありました。出来上がるのが待ち遠しいです!

そら豆



そら豆、何個入って
いるかな?



この日のおやつで
す!

破竹



皮をむいたら明日
のみそ汁に入
れたいな

梅



いちご村で梅の収穫



竹串で梅のヘタとりに夢中!



梅ジュース&梅干作り



出来上がりが楽しみです

毎日の呪文は
「おいしくなれ!」

県からのお知らせ



大学生と『食育向上委員会』を開催しています

県では平成28年3月に、「第三次長崎県食育推進計画」を策定しました。この計画は食育をライフステージに応じて推進するとともに、特に次代を担う若い世代へのアプローチを図ることとしています。今年度は、新規事業として「大学と連携した若い世代への食育推進事業」に取り組むこととし、長崎大学、長崎県立大学、長崎国際大学、活水女子大学の学生のみなさんに集まっていただき「食育向上委員会」を開催しました。この事業は、第4回まで開催予定です。大学生の皆さんのアイデアを取り入れながら若い世代の食育推進に取り組んでいます。

第1回 (6月3日)

4つのグループに分かれ協議をしました。同じグループの学生さんはみんな初顔合わせですが、始めに行ったゲームで緊張もほぐれ、どのグループも活発に話し合う姿が見られました。協議内容は『朝食を食べない理由』『簡単にできる朝食とは』『朝食を食べる習慣をつけるために必要なこと』です。朝食を食べない理由には、「器具がない」「時間がない」「作り方が分からない」という意見が多く見られました。



第2回 (6月30日)

今回は3つのテーマについて協議しました。
【テーマ①】朝食欠食率減少のための事業企画の立案について
【テーマ②】大学生の朝食について現状把握のためのアンケート調査の内容と調査方法の検討
【テーマ③】料理レシピ集作成について
今年度と次年度の実践活動に向けた話し合いが活発に行われました。



平成30年度 長崎県食育推進県民会議 (7月31日)

本年度は、23名の委員の皆様にご出席いただきました。

会議では第三次長崎県食育推進計画に基づく施策の達成状況についての報告や県の施策紹介などをおこない、委員の皆様からご意見をいただきました。



H30年度の特集は

日本の「食料自給率」について考えよう！【第2回】

前回は、日本の食糧自給率の現実をお子様ランチのイラストにしてお伝えし、いかに食品を輸入に頼っているかを解説しました。今回は食料自給率が下がった理由について特集します。


50年前と比べました『食生活の変化』

	昭和40年度	→	平成24年度
ごはん	1日5杯	→	1日3杯
肉料理	月1食	→	月3食
牛乳	週2本	→	週3本
植物油	年に3本	→	年に9本
野菜	1日300g程度	→	1日260g程度
果実	1日80g程度	→	1日100g程度
魚介類	1日80g程度	→	1日80g程度

食料自給率が下がった原因

- ① 田んぼや畑が減ってしまった**
田んぼと畑の面積は、昭和35年に比べて約25%減っている。住宅地などに変わったほか、食べ物が作られていない土地も増えている。
- ② 農業をする人が減ってしまった**
会社などに勤める若者が増え、農業を仕事にする人の数は約50年前に比べて約80%減っている。また、65歳以上の人が約6割を占め、高齢化が進んでいる。
- ③ 面積あたりの収穫量が増えにくくなった**
農作物の品種改良、病気や害虫の被害を防ぐ技術の研究など、面積当たりの収穫量を増やす工夫を長年続けてきたが、最近はその伸びが小さくなっている。

昔の食事と比べてごはんが減って、肉や脂が増えている！一方、果物や魚は輸入したものが増えている…



～農林水産省『につぼん食べもの事情』より～

今回は、日本の食糧自給率が減少している原因について特集しました。スーパーで食品を買う際に表示をみて『国産』を選ぶ方も多くいらっしゃる中、外食では産地が見えないこともあり、どこの国のものが使われているのか気にせずに注文する事もあります。私達は知らずに多くの食事を輸入にたよって口にしていることが分かりました。次回は『輸入できなくなることで本当にあるの？』です。

食育ボランティア

よろしくお願
いします



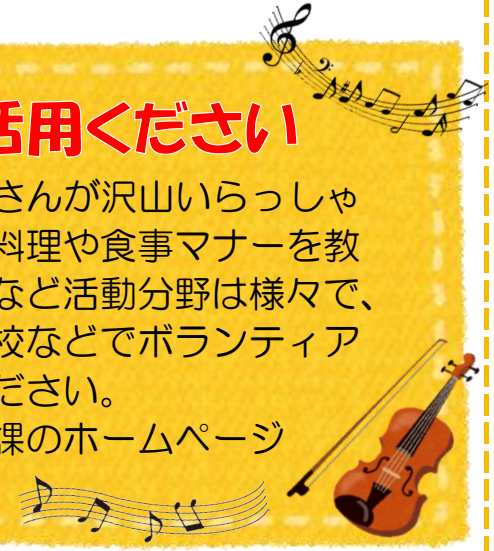
★新しく、長崎県食育ボランティアに登録された方々をご紹介します

名前	活動地域	ひとこと
豊村さん	川棚町隣接市町	調理や収穫などを通して児童、幼児の食に対する関心を高めたいです。また食育に関わっている方を通して、学習をしたいと思います。
石川さん	長崎市	核家族化、高齢化などが進んでいます。肉体的、精神的、社会的にも良好で健康な生活を送るためにも食事の内容は重要なものと思います。
長崎調理龍友つくし会	長崎県全域	施設（敬老会・こども食堂）等に訪問し、食事の提供を行っています。食を通し、料理のすばらしさを広めたり地域の方と信頼を深めていきたいです。

長崎県食育ボランティア制度をご活用ください

長崎県内各地に『長崎県食育ボランティア』の皆さんが沢山いらっしゃいます。農・漁業体験をさせてくださる方や、郷土料理や食事マナーを教えてくださいくださる方、料理教室、講話をしてくださる方など活動分野は様々で、それぞれ豊富な知識や経験をお持ちです。地域や学校などでボランティアの方々に学びたいという方は、ぜひ当課にご連絡ください。

また、食育ボランティアの方々の活動分野などは課のホームページでもご覧いただけます。



～長崎県ではリスクコミュニケーションを開催しています～

どんな食品にもリスクがある（摂取量によっては体に悪影響を及ぼす可能性がある＝ゼロリスクはない）ということ为前提に、「消費者、食品関連事業者、行政担当者」などの間で、食品のリスクに関する情報や意見を相互に交換すること、これをリスクコミュニケーションといいます。

県では、食品の安全・安心に関するリスクコミュニケーションを県内各地で開催しており、平成30年度、小学生親子を対象とした『夏休み親子食品安全教室』では、南島原市深江町の「めん山の山一 麺匠の里」にて見学やそうめん延ばし体験を行いました。

また、10月31日、11月1日には長崎市、佐世保市にて、「自然毒の食中毒」をテーマに講演や意見交換会を開催します。お招きした講師に、食べてはいけない海のもの、山のものについてお話ししていただきます。お気軽にお越しください。



★日時 10月31日(水) 10:00～12:30
 ★場所 長崎県庁 行政棟1階大会議室
 ★日時 11月1日(木) 10:00～12:30
 ★場所 アルカスSASEBO 1階イベントホール

この催しの開催案内や、これまでの実施結果は課のホームページに掲載していますのでぜひご覧下さい。

食品の安全・安心リスクコミュニケーション
 (意見交換会)

「気をつけよう!! 自然毒の食中毒」

毎年のように死者も出ている自然毒。どんなものがあるかご存知ですか？食べてはいけない海のもの、山のものについてお話ししていただきます。

講演
 「有毒植物による食中毒について」
 講師：国立医薬品食品衛生研究所 安全情報部 第3室 室長 倉田 美穂 氏

講演
 「食中毒を引き起こす魚介毒」
 講師：長崎大学大学院 水産・環境科学総合研究科 教授 荒川 修 氏

【長崎会場】
 平成30年10月31日(水) 10:00～12:30
 長崎県庁行政棟1階大会議室 (長崎市尾上町3-1)

【佐世保会場】
 平成30年11月1日(木) 10:00～12:30
 アルカスSASEBO1階イベントホール (佐世保市三浦町2-3)

電話、FAX、Eメールで、前日までお申し込みください。
 <申込先> 長崎県食品安全・消費生活課
 〒850-8570 長崎県尾上町3-1
 TEL 095-895-2366 FAX 095-824-4780
 Eメール: s031900@pref.nagasaki.lg.jp

『間違いさがし!』左右の絵に違うところが7箇所あるよ。見つけてみよう。答えはホームページに掲載中!

※前号の答え ①コウモリ ②帽子のリボン ③インコ向き ④鹿の口 ⑤実の数 ⑥びわ太郎下の葉の数 ⑦葉脈



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。また、ホームページやフェイスブックでも紹介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

長崎市尾上町3-1

長崎県食品安全・消費生活課

TEL 095-895-2366

FAX 095-824-4780

《ホームページ》

長崎県 食育

検索

写真も大歓迎 ♥

