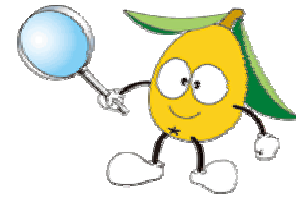


いただきます 元気 ながさき おいしか県

びわ太郎食育通信

平成21年3月12日 第7号 長崎県食育・食品安全推進室

電話 095-895-2366 F A X 095-824-4780

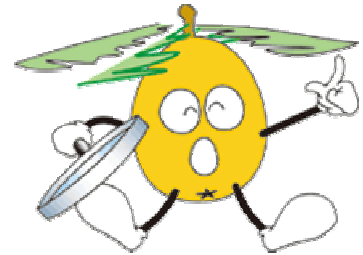


こんにちは びわ太郎です！

ずいぶん暖かくなってきましたが、皆さん、いかがお過ごし
ですか～？

春は、卒業・入学、就職・転職などのシーズンですね。環境が
わり慌ただししい時期になりますが、皆さん体調を崩されないように、
旬の食材を食べてたくさんパワーをつけてくださいね！

今回もいろいろな食育情報をお届けしま～す



「食育推進研修会及び食育推進地域ネットワーク会議」を県内各地で行いました。

前回までの食育通信で順次ご紹介してきましたが、県では、食育関係者のネットワーク化と連携・
協働体制の確立を図るため、県内7地域で「食育推進地域ネットワーク会議」を開催するとともに、
食育の分野において活躍されている講師をお招きし、「食育推進研修会」を開催してきました。

今回は1月にありました壱岐地区と西彼地区の研修会及びネットワーク会議の内容についてご紹介
します。今年度はこれで県内7ヶ所全て終了しました。ご協力どうもありがとうございました。

< 壱岐地区（芦辺町クオリティライフセンターつばさ）1月13日（火） >

【研修会】～概要～

講演「食卓の向こう側にみえるもの」

西日本新聞社 編集委員 佐藤 弘 先生

<研修会>

先生は西日本新聞に長期連載された「食卓の向こう側」の編集委員として
「食」の問題に携わってこられ、感動的で楽しいお話をしてくださいました。

今どきの学生の食卓は欠食、持ち帰り弁当、ハンバーガーなど。はたして20年後の食卓
はどのようになっているだろうか。ジュースは砂糖が多く入っており、子どもに水代わりに
飲ませたら歯を失うことになる。今の子ども達は家族の食べる時間もバラバラ、食べるこ
とに興味がなく、自分の身体が自分の食べるもので作られていることの認識がない。香川県綾
川町立綾上中学校 竹下和男校長先生が以前小学校で「弁当の日」の取り組みを始め、その後
赴任した中学校でも取り組んだ。弁当には前の日に準備がいる。朝食が出来る過程が見え、
その大変さ・食べ物大切さがわかる。栄養のみでなく、出す行為も重要で、生産者や調理
する人への感謝の気持ち、ゴミを土に戻す循環型環境など広い視野で「食」を考えて欲しい。

【ネットワーク会議】～概要～

主な報告・意見

<ネットワーク会議>

壱岐地区の食育に関係する団体が集まり、食育を推進させるための
意見交換を行いました。学校を食育の中心の場にして、それに他の団
体がどのように関わっていくかが大切であること、それを家庭に持ち帰り、
親に興味を持たせ家庭を変えることができること等、意見が交わされました。佐藤先生から
は、「弁当の日」は1校長、1学級から始める場はいくらでもあり、食育は、学校のできるタ
イミングで、ゲストティーチャーを使って取り組んだらよいという助言がありました。



いただきます 元気 ながさき おいしか県



< 西彼地区（長崎県農協会館） 1月28日（水） >

【研修会】～概要～

講演「食卓の向こう側にみえるもの」

西日本新聞社 編集委員 佐藤 弘 先生

1/13 杵岐地区で行われた研修会と同じく佐藤先生にお話をいただきました。当日は佐藤先生と親交がある波佐見町立南小学校の福田泰三先生（11/18 県央地区での食育推進研修会での講師）も会場にいられて、福田先生の活動のお話も聞くことができました。

普通の生活で添加物や農薬を使用した物を食べて病気になった人を見たことがありますか？農薬は好きでまいているのではなく、生産者は農薬を直接扱う危険のもと自分を犠牲にしています。皆さんには「食卓の向こう側」を見てほしい。福岡市の内田美智子助産師さんはこう言っています。「『生』の反対は『死』ではなく、『生まれないこと』である」と。人はそこにいるだけで価値があり、子どもは自分が大切にされていないことはすぐ分かる。子どもは必要な時に手をかけてやるのが大事であり、人間は愛されてすてきな大人になる。家庭での食育は非行を1/10に減らすでしょう。そして講演の途中で、福田先生からは、子ども自ら台所に立ち、みそ汁を作る「みそ汁の日」の取組を通して児童の低体温が改善され集中力も増したという話（「食育通信第6号」参照）が紹介されました。子どもは自らも料理をすることにより、たくさんの手間ひまがかかっていることを理解し、親からも認められ感謝されます。料理はやさしさであり、感謝すること。「食育＝体験」であり、心は体験で育つものです。それを手助けするのが大人の役目です。



< 研修会 >

【ネットワーク会議】～概要～

主な報告・意見

< ネットワーク会議 >

各団体より日頃の食育活動について報告がなされました。保育園からは、地元から調達した食材・旬の野菜を使い、テーブル敷いたり花を飾ったり楽しくおしゃべりしながらの食事を大切にしていること、そして地域の活動団体からは、放課後の子ども達のためのエコキッキング教室のことや、昔ながらの味噌づくりを子ども達に伝えていく取組などのお話がありました。



食育ボランティア活動報告

こんな取り組みをしました。

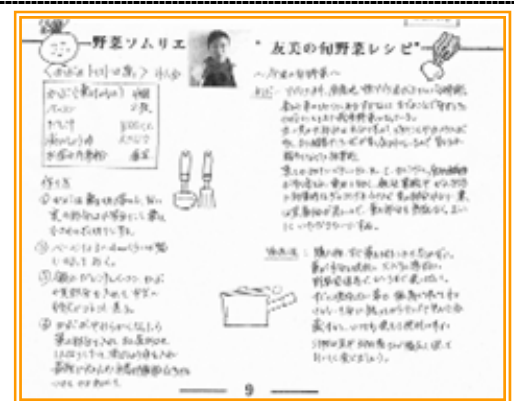
太田さん（南島原市）

年に数回発行している南島原市内の小学校PTA新聞の中で、PTA会員である親と子ども達、地域の方々を対象に“野菜をもっとおいしく食べていただきたい、身近な野菜を使っておいしく食べていただきたい”という思いで、『野菜ソムリエの旬レシピ』と題して、旬の野菜を使ったレシピを紹介しています。旬の野菜や保存方法なども知っていただくことにより、野菜のすばらしさをもっと知っていただくようにしています。

直売所 とれたて市場（西海市）

11月10日と11月15日西海市立大島西小学校の4・5年生を対象に芋ほりや生姜の収穫を行い、収穫後はみんな各自で持ち帰りました。

また、1月26日には西海市立崎戸中学校で行われた給食大会に3名参加し、交流を行いました。



いただきます 元気 ながさき おいしか県



東彼杵町食生活改善推進協議会（東彼杵町）

1月30日（日）に東彼杵町「ふるさとふれあいまつり」の食生活改善コーナーにおいて、長崎県版食事バランスガイドに基づく食事バランスチェックを行いました。料理のイラストカードを準備し、自分が食べている内容に近いカードを1日分取ってもらい、日頃の食事がバランス良く取れているかチェック。小学生から90歳代の方まで参加があり、集計の結果、乳製品の取り方が少ない方が4割、副菜・果物のとり方が少ない方が3割ほどいらしました。皆さんにバランスを考えていただく機会になったのではと思っています。



地域からの発信 こんな活動、あんな活動、皆さんの活動に役立て下さい

こんな取り組みをしました。

学校法人 柚木幼稚園（佐世保市）

大根ほりとたくあん作りを行いました。

園の生ゴミリサイクル畑で育てた大根をほって、3週間ほど干して、たくあん漬けにし、自分たちで作ったお米で行う「おにぎりパーティー」のなかで、おにぎりと一緒に食べたり、卒園記念として持ち帰りました。

また、今年度、さまざまな活動主体による元気な食育活動を全国から広く募集してすぐれた実践事例が表彰される

『地域に根ざした食育コンクール2008』において、

（農林水産省 提唱、（社）農山漁村文化協会 主催）

「地域に根ざした食育推進協議会会長賞」を受賞しました。

“いただきます！いのちをありがとう

～菌ちゃん畑とモーモー畑から～” 受賞活動内容は、

「日本食育ネット <http://nipponsyokuiku.net/concour/>」をご覧ください。

佐々町立中央保育所（佐々町）

1月7日“七草”にちなんで「七草団子」と、園で収穫した“ささげ豆”を使ってかまどで「豆ご飯」を作りました。園で栽培していたこの“ささげ豆”、種をまいて、後にフェンスに巻き付いている姿に「まだとらんと？」と園児・職員・保護者も興味津々。収穫された赤い豆は、天日干しし、まきで炊いて美味しい「豆ご飯」になりました。米ときも上手になりました。

また1月13日は、同じく“ささげ豆”を使って「ぜんざい」を作りました。大きい豆が入ったぜんざいはとても美味しく、みんなでたっぷりおかわりして、幸せ気分を味わいました！

雲仙市立雲仙小学校（雲仙市）

1月27日「招待給食会」を開催し、地域で日頃お世話になっているさんぽ会の皆さん、駐在所の方、食材を給食センターへ納入される精肉店の方々を学校へ招待し、感謝の気持ちを込めて一緒に給食をいただきました。また、翌日1月28日の給食集会では、箸を使って小豆などをカップに移す「はし名人大会」を行い、10秒間でいくつ移せるかチャレンジ。そして日頃給食に携わる関係者の皆さんにお礼の寄せ書きを行い、感謝の気持ちを込めてお渡しました。

レデンプートル幼稚園（長崎市）

平成20年度1学期～3学期にそれぞれ活動を行いました。1学期はホットケーキ作り。材料を量り、混ぜて焼き、自分で作ったものを喜んで食べることにより、作る楽しさを体得しました。2学期はカレーライスとカレーパン。年長さんがあらかじめ材料の買い物に行き、当日は野菜の皮むきから始め、そして完成。「おいしい！」とおかわりする子どもも多かったです。そして3学期は白玉だんご。だんごを丸めることや白玉が浮かんでくる様子に興味を持って取り組みました。



いただきます 元気 ながさき おいしか県



鹿垣さん(五島栄養士会)

2月22日(日)五島市総合福祉センターで行われた“みんなでしゅうで 子育てば!親子で簡単クッキング!”(主催:子育てサポーター「スマイル@」)に講師として参加しました。五島の食材を使い、簡単にできるおやつ(スイートポテト、いちご大福)を実習しました。食育やエコ、子育てに関する楽しくて役立つお話もあり、有意義な時を過ごしました。



こんな活動します。

(有)シュシュ(大村市) ~催し物のお知らせ~

3月28日(土)13時~16時 料理コンテスト“春を感じて春を見て春を食べる『あなたのアイデア自慢料理コンテスト』”を行います。対象者は料理を本職とされていない方で、シュシュの直売所で販売している材料を使用し、春らしいメイン料理を4人分作ります。1チーム3名までで参加費は1チーム1,000円です。(申込3.22まで)

また、シュシュでは、4月末まで「いちご大福教室」を開催しています。時間は10:30と13:30からです。シュシュのいちごハウスに実るいちごを摘み取ることから始め、大福の生地も作ります。いちご摘み、いちご大福5個、いちごシュー2個で1人1,200円です。(要予約3日前)申込み・詳細は(有)シュシュ(0957-55-5288)へ。



室からのお知らせ ~募集しています~

平成21年度「長崎県食品ウォッチャー」の募集(募集期限 3月27(金)まで)
日頃の買物活動のなかで食品表示等の状況をモニターし、年3回程度の定期的な報告や不適切な食品表示等を発見した際に報告をしていただく「食品ウォッチャー」を募集しています。
「長崎県食品安全・安心委員会」委員の募集(募集期限 3月19日(木)まで)
食品の安全・安心確保のために設置している当該委員会(消費者団体、学識経験者等で構成)に参加し、ご意見をいただける方を県民の皆様から募集しています。
詳細(応募用紙)は室のホームページをご覧ください。

冊子「長崎県食育ボランティア利用の手引」へのご協力ありがとうございました。

室では、平成19年度から導入している「長崎県食育ボランティア登録制度」について、より多くの県民の皆さんに知ってもらい、活用していただくために冊子を作成しています。掲載用の資料や写真を送っていただきました食育ボランティアの皆さま、ご協力ありがとうございました。誌面の関係で編集を加え利用させていただきました。なお、お借りした写真などは冊子校正後、順次返送いたします。「冊子」が完成しましたら、食育ボランティアの皆さんをはじめ、食育や学校関係者にお送りする予定としております。

「食育通信」に掲載する食育活動の情報をお寄せください

【送付先】〒850-8570

長崎市江戸町2-13 長崎県食育・食品安全推進室

TEL: 095-895-2366 FAX: 095-824-4780

Eメール: s03190@pref.nagasaki.lg.jp

【室のホームページ】<http://www.pref.nagasaki.jp/shokuhin/index.php>