



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10月9日 第9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/>



びわ太郎

皆さんお元気ですか？ほくびわ太郎です！
季節はすっかり秋ですね。秋といえば食欲の秋！
美しい紅葉を見て楽しむのもいいですが秋刀魚や、きのこなどの旬の
美味しい食材を沢山食べて秋を感じるのもいいですよ！さて今回
もほくと、初登場の妹「こびわ」が様々な食育に関する情報を皆さん
にお届けしま〜す♪

～食育推進地域ネットワーク会議～

長崎県では地域の特性を生かし、関係者のネットワーク化と連携・協働体制を確立するため、19年度から県内各地区で「食育推進地域ネットワーク会議」を設置し、地域における食育を推進しています。会議は食育に取り組む関係者や団体、行政等で構成されており、各地域において健康と栄養分野、教育・学校等給食分野、生産者・事業者分野、地域活動団体などで活躍されている方々が委員となり、日頃の活動についての報告や情報の共有を図っています。

今年度も食育の分野においてご活躍されている講師をお招きして「食育推進研修会」を行いました。9月に開催された2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。



こびわちゃん

県央地区 9月3日(木)

【研修会】～概要～

○講演「食品安全のためのリスク分析
食品のリスクとの付き合い方」

講師 内閣府食品安全委員会事務局 馬場交流係長

農業や食品添加物など食品に対するリスクは、科学者や専門の機関が調べています。国が定めている人の体に影響が無いとされる基準値以内になるよう使用されている食品に対しては、害はありません。日々の生活の中で健康被害に合うリスクをいかに減らす事ができるかを考え、「手を洗う」「買ってきた生の食材はすぐ冷蔵庫にしまう」など、食中毒対策をしっかりと、栄養バランスの取れた食事をする事が健康な食事と生活を送っていく上で重要なことなのです。



講演中の馬場係長と、講演で行ったクロスロードゲーム

【ネットワーク会議】～概要～

○主な報告・意見

環境を考えた畑作りや土作りを行うとともに、「食」を通して人と人との繋がりも大事にする農業体験を行ったり、高校に「みんなの良い食プロジェクト」を取り入れるなど、各団体から様々な活動報告がなされました。また、今後は『地産の野菜を350g』を目標にすすめていきたい、作る事から始まり、食べるころまで踏み込んで学校給食に参画していきたいなど、これからの意気込みなどの意見や提案が交わされました。



ネットワーク会議の様子

対馬地区 9月11日(金)

【研修会】～概要～

○講演「立場を超えて食でスクラム～食ネット鳥栖の活動～」

講師 鳥栖農林事務所 福田和彦係長
鳥栖保健福祉事務所 小池悦子主任栄養士

県民協働の視点に立って、「食ネット鳥栖」ができました。事務局は無し。通知文も出さない。定例的に会議を行い、事業の相乗りを考えています。予算は事業を持ってきたところに相乗りしてまかっています。キーワードは「儲かる食」。予算が無くても、他分野の事業に相乗りできます。そして、お互いにメリットも生まれています。

【ネットワーク会議】～概要～

○主な報告・意見

対馬市食育推進会議と同時開催としました。学校給食への地産地消の取り組みについて、対馬の子ども達にどのようなものを食べさせたいか、どのように育てたいか、大変活発な意見交換となりました。1月に行う「食育フェア」の企画で、保育所のアクションは、踊るだけでなく子ども達が食育に関するメッセージを伝えると、大人が言うよりもインパクトがあって良いのではないかなどの意見が出ました。

食ネット鳥栖のイメージ



ネットワーク会議の様子

今後の食育推進ネットワーク会議及び食育推進研修開催予定

- 五島地区・・・10月23日(金) 13:30～16:30 (五島地方局)
- 西彼地区・・・11月9日(月) 13:30～16:30 (時津町北部コミセン)
- 県南地区・・・11月30日(月) 13:30～16:30 (県南保健所)
- 県北地区・・・12月11日(金) 13:30～16:30 (県北保健所)
- 吾岐地区・・・12月16日(水) 13:30～16:30 (石田町農村環境改善センター)

ここからは食育ボランティアさんの活動を報告します！また、幼稚園や保育園、小学校からも沢山の食育活動の報告が届きました。それぞれの地域で皆さん大活躍ですね。今はインフルエンザが流行っていますので、ほくは手洗いうがいをきちんと行っています！みなさんも毎日行ってくださいわ。



食育ボランティア活動報告



太田さん (南島原市)

野田小学校のPTAが発行する新聞に「野菜ソムリエレシピ」を掲載しました。今回は給食にも出てくるピタパンの中身を野菜で考えてみました。一番人気の夏野菜たっぷりレシピを紹介しています。

～ピタパン材料～

- 強力粉160g
- 薄力粉40g
- イースト3g
- 砂糖5g
- 塩2g
- サラダ油15cc
- 水120cc

～中の夏野菜材料～

- ズッキーニ1本
- 人参1本
- 南瓜8分の1
- きゅうり2、3枚
- トマト1、2コ
- 水100cc
- コンソメ1コ



長崎市健康生活推進員連絡会 (長崎市)

地区の小学生及び保護者を対象に、「おやこ料理教室」を開いています。8月には4回実施し、ごはんピザ、こぶちゃんサラダ、パンプキンスープ、わらび餅を作りました。



NPO法人 大地といのちの会 (佐世保市)

毎月第3土曜日に「生ごみリサイクル元気野菜作り定例学習会」を実施しています。生ごみを活用して有用微生物いっぱい元気な土を作るまでの実演や、食と健康無農薬野菜作りなどのミニ講演なども行っています。



ささげ男の食クラブ (佐世保市)

8月、小・中学生とその保護者を対象に「親子で楽しむ料理教室」を行い、豆腐ハンバーグや豆腐白玉団子を作りました。10、11月は芋堀り作業やゲームなどを予定しています。



長崎県調理師協会 (長崎市)

9月15日、幼稚園の職員及び保護者の依頼を受けて、和やかな雰囲気の中で蕎麦打ち体験料理講習を行いました。自分で打った蕎麦に舌鼓を打ちながら、子ども達と合流して試食を楽しみました。



蕎麦打ちの様子



出来上がり



楽しく試食

蕎麦 (2:8蕎麦)

- 蕎麦粉160g
- 薄力粉40g
- 水80cc

地域からの発信！あんな活動こんな活動！

😊 遊林保育園（西海市）

7月に大瀬戸漁協へお魚教室に行ってきました。タコ、イサキ、ウニ、サザエなどを見学しました。他にも質問コーナーや、実際に魚に触れる事ができるタッチプールも体験しました。翌日、保育園でタコ焼きクッキング。また、給食でタコの酢物、おやつにはタコ入りお好み焼きをいただきました。



😊 立番岳へき地保育所（新上五島町）

保護者と園児に食育セミナーを開きました。食材を赤、黄、緑の3分類になるようにする事や、お弁当のつめ方や量、また、自分の健康に関心を持ち身体に必要な食材を進んで食べるようになる事を目的とした講座も開きました。園児はインゲンやキュウリ、トマト、オクラ、カボチャ、スイカなどの栽培にも取り組んでいます。

😊 玉成短期大学付属幼稚園（長崎市）

6月3日、保護者に「子育て講座」を開いて、栄養を考えたおやつ作りを楽しみました。



😊 長崎精道小中学校（長崎市）

小学2、3年生で集めた生ごみを畑に混ぜて、栄養たっぷりの畑作りをしました。8月には生ごみが消えた畑を再度耕し、9月は種や苗を植えました。12月には、収穫した野菜を使ってちゃんぼん作りの予定です。

😊 柚木幼稚園（佐世保市）

- ①畑で採れたトウモロコシを茹でて食べました。その後の畑に菌ちゃん（生ゴミ肥料）畑を作りました。
- ②夏休み前に作っておいた菌ちゃん畑に人参の種まきをしました。収穫の際は人参ジュースやおでんにしていただく予定です。
- ③年長が10月にブロッコリーと大根を植える準備をしています。卒園までにたくあんを作ります。

😊 聖和女子学院高等学校・中学校（佐世保市）

講師を招き、同窓生に食育講演会を開きました。また、在校生（中・高生）に食育アンケートを実施しました。11月には中学2年生とその保護者を対象に魚料理教室を行う予定です。

😊 植松保育園（大村市）

食育指導、食育講話、クッキングは毎月行っています。11月には大根作りの予定です。



ボランティアによる食育指導



芋苗植え



歯にいいおやつを試食会



梅干し作り

😊 さざなみ保育園（佐々町）

- ・6月…4、5歳児と納豆作りをしました。わらに納豆をつめ、できた納豆を食べました。
- ・7月…保護者に給食試食会を行いました。
- ・8月…保育園に通っていない親子を対象に、園児に人気のおやつを2品提供しました。
- ・10月以降…カレークッキングとクッキークッキングを行う予定です。

😊 いちご保育園（諫早市）

5月、今年10歳を迎える小学校4年生が卒園記念に植栽した枇杷の木に沢山の枇杷がなりました。その4年生が二十歳の半分『2分の1成人式』として枇杷狩りを実施しました。枇杷狩りに続き、カレー作りをして食後は枇杷と野いちごを食べました。3年ぶりの再会に笑顔がはじけ、歓声があわき、保護者も合わせ総勢64人が和やかに穏やかな時間を過ごしました。タイムカプセルを埋めて、また再会する日をみんな楽しみにしています。



みなさんの活動はすごいわ！！



県からのお知らせ

★「長崎県食育ボランティア」に新しく登録された皆さんを紹介します！
 昨年までに登録していただいているボランティアの皆様をはじめ、新たに登録いただきました皆様、どうぞよろしくお願ひします。

【個人】

名前		活動分野
黒川さん	佐世保市	○食品の安全・安心
永田さん	島原市	○食生活と健康、栄養 ○食品の安全・安心
長谷川さん	長崎市	○食生活と健康、栄養 ○食品の安全・安心
宇佐さん	佐世保市	○食文化の伝承と地産地消 ○食品の安全、安心
馬場さん	南島原市	○農林水産物の生産
志田さん	長崎市	○食生活と健康、栄養 ○その他食育全般
増田さん	諫早市	○食品の安全・安心

【団体】

団体名	代表者		活動分野
NPO法人 大地といのちの会	吉田さん	佐世保市	○食生活と健康栄養
J A長崎せいひ東長崎地区 ふれあい市食材研究会	林田さん	長崎市	○食文化の伝承と地産地消

★長崎県リスクコミュニケーションを開催しています。

??リスクコミュニケーションって何??

食品には農薬や食品添加物、食中毒など、なんらかのリスクがあります。しかしそれをゼロにすることはできないのです・・・そこで、そのリスクと上手に付き合っていくために地域住民、事業者、行政などの関係者の中で情報を共有すること、つまりリスクに関するコミュニケーションを行う事が大切です。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区で年に9回ほど開催しています。農林水産物や製造加工、学校給食、食品表示など様々なテーマを取り上げディスカッションしています。8月には佐々町の北村製茶、川棚町の日本ハムで開催しました。今後の開催案内や、これまでの実施結果は課のホームページ（消費者の声）に掲載していますので是非ご覧ください。

★「食育通信」に掲載する食育活動の情報をお寄せください

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、お知らせをお寄せください。
写真も大歓迎です!

《送り先》〒850-8570
 長崎市江戸町2-30
 長崎県食品安全・消費生活課
 TEL095-895-2366 FAX095-854-4780
 《課のホームページ》

長崎県 食品安全

検索



皆さんの活動情報を
 お待ちしております。