



こども
対象

オンデマンド配信動画

魚の三枚おろし
に挑戦!

Movie

①

子どもを育む海業(うみぎょう)の未来
真鯛の三枚おろしゲーム大会等で
楽しくぎょしょく



行くぜっ! にっぽんの和食
触れて、作って、食べて塩の教室

塩づくりを
体験!

Movie

②



スポーツを
頑張るときの
食事とは?

Movie

③

“食”で子どもたちのチャンスを広げよう!
元Jリーガーに学ぶ
こころもからだも強くなるヒミツ



魚の三枚おろし
に挑戦！

Movie

①

子どもを育む海業（うみぎょう）の未来 真鯛の三枚おろしゲーム大会等で楽しくぎょしょく

家庭で簡単にできる魚の三枚おろし体験を通じて、
食べることの楽しさや大切さを学べる食育セミナー
です。この動画を参考に、ご家庭で魚の三枚おろし
に挑戦してみませんか？

《講師》 清水 貴光 氏
（愛南町ぎょしょく普及推進協議会）
山口 誠 氏
（山口鮮魚店 店主）
柳田 亮介 氏
（愛南町地域おこし協力隊）



塩づくりを
体験！

Movie

②

行くぜっ！にっぽんの和食 触れて、作って、食べて 塩の教室

日本が誇る和食文化を身近に感じていただける
体験型食育セミナーの様子です。
日本の食文化に欠かせない調味料「塩」に関わる
企業等の取組を体験を交え紹介しています。

《講師》 伯方塩業株式会社
1973年 愛媛県伯方島で、自然塩（塩田塩）存続
運動を行った消費者団体を母体に、消費者による
消費者のための塩の会社として創業。
「伯方の塩」でおなじみ。



スポーツを
頑張るときの
食事とは？

Movie

③

“食”で子どもたちのチャンスを広げよう！ 元Jリーガーに学ぶ ころもからだも強くなるヒミツ

プロスポーツ選手が普段食べている食事をもとに、
お話いただいた食育セミナーです。
スポーツを頑張るお子様のための食事づくりのポイント
や、参加者が今後の食生活で実践できるポイントなど
幅広く楽しめる内容となっています。

《講師》 小泉 勇人 氏
料理研究者、実業家、元プロサッカー選手。
上級食育アドバイザーなど複数の食に関する資格を取得し、
誰でも簡単に作ることができる健康的なレシピを紹介するなど
活躍中。2025年こども家庭庁「こども家庭審議会委員」に就任。

