

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岩手県
取組市町村名 取組団体・企業名	盛岡市
取組の名称	平成 30 年度高齢者教育事業「シニアいきいき講座」
実施時期	平成 30 年 9 月 7 日(金)
取組内容	【目的】 介護施設の管理栄養士を講師に迎え、加齢に伴う「食」のあり方について理解することを目的としました。 【内容】 栄養素や水分、健康食品の知識を学ぶことができ、生活習慣病や BMI 数値などを参考に健康面から加齢に伴う食事のあり方を講義形式で学びました。 【対象】 55 歳以上の盛岡市民 11 名 【会場】 見前南地区公民館 視聴覚室 【講座の様子】 

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岩手県
取組市町村名 取組団体・企業名	大船渡市（健康推進課）
取組の名称	「お父さんといっしょ！サマークッキング」の開催
実施時期	7月29日
取組内容	父親が子どもと食事を一緒に作ることで、父親の育児参加を促すとともに、親子ともに食に対する関心及び理解を深めることを目的とし、お父さんと子どもを対象とした料理教室を開催しました。 当日は、3組の親子（5～7歳）が参加し、手打ちうどん作りを行いました。うどんを伸ばしたり、野菜を切ったりとお父さんと一緒に真剣に取り組んでいました。 参加者からは「普段、父親と料理することがあまりないのでとても楽しそうでした」との感想があり、参加者の少ない教室ではありましたが、お父さんと作ることの楽しさを実感できた様子でした。 

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名	岩手県
取組市町村名	花巻市
取組の名称	平成 30 年度市民講座 「おとなの旨い食育教室」
実施時期	平成 30 年 6 月 26 日(火)～平成 31 年 1 月 22 日(火) 全 6 回
取組内容	【目的】食と健康、地産地消、食文化、食の安全等を基本に、平成 21 年度から「はなまき食育教室」として実施してきました。今年度は 10 年目を迎え「おとなの旨い食育教室」と講座名を変え、全 6 回の講座を開催しました。 【参加人数】 市民 20 名 【実施内容】第 1 回講座では、市の栄養士から食育について学び、健康を意識した簡単レシピを紹介。受講者がそれぞれに持ち寄ったみそ汁の塩分濃度を測り、減塩を意識するきっかけとしました。(食育月間に開催) 第 2 回講座では、住職を講師に、仏道における食の作法、調理の心や人を思う所作についても教えていただきました。午後の講座では、割烹料亭で昼食をいただき、講師である店主から「日本古来から伝わる食についての伝統的な考え方」や、四条流の儀式に則った包丁式を見学しました。 第 3 回講座では、「食品表示と食の安全安心について」をテーマに講義を受け、午後からは食生活改善推進委員の推奨献立による「サバ缶と夏野菜のキーマカレー」など 3 品の調理実習を行いました。 第 4 回講座では地域の食文化を学ぶ「郷土食」の調理実習を行いました。 第 5 回講座では「家庭で楽しむクリスマス」をテーマにパーティー料理を短時間でタンドリーチキンなど 5 品を作り会食し、第 6 回講座では、自家製味噌の仕込み体験を行い、講座の締めくくりとしました。 家族の病気をきっかけに食育に興味を持たれた方、郷土食を学びたいなど、受講のきっかけはさまざまですが、食育講座で学んだことを家族に伝えたい、家でも作ってみたいという感想が多く寄せられました。
	 * 包丁式の様子 *  * パーティメニュー *