

【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、公益財団法人盛岡市文化振興事業団
取組の名称	食費と食品ロスを減らす料理教室
実施時期	10月31日（木）、12月10日（火）、17日（火）、24日（火）
取組内容	10月31日（木） 【講話】節約！時短！できる冷蔵庫のつくりかた 食品ロスを起こしやすい家庭の冷蔵庫の特徴は「モノを詰め込みすぎている」というもの。そこで、冷蔵庫収納の観点から食品ロスを見つめ直し、物理的だけでなく【時間的】【経済的】【精神的】な軽減も目指す。 12月10日（火） 捨てないで！食材まるまる使い切りアレンジ 野菜など、使い切れず腐らせてしまいがちなものを余すところなく使って、色々な料理にアレンジする術を学びます。また、家庭にない調味料や食材が必要なとき、新たに買って腐らせることのないよう、代用調味料（食材）についても学ぶ。 12月17日（火） アンケートをもとに…ローリングストックで備蓄&調理！ ふだん食べている食品を少し多めに買い置きして、食べたならその分を買い足していく「ローリングストック法」。特別なものを買わずに簡単に備蓄し、賞味期限切れで廃棄してしまう食品ロスを防ぐというこの方法について学ぶ。また受講者に事前にアンケートを取り、家庭で余りがちな食材をピックアップしてメニューを決める。 12月24日（火） 華麗に変身！余ったおかずが違う料理に!? 「たくさん作ったのに余ってしまった…」そのおかず、捨てないで！全く違うおかずとして翌日にも大活躍♪食材ではなく、カレーなどの「料理」を違う「料理」にアレンジする方法を学ぶ。



【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，公益財団法人盛岡市文化振興事業団
取組の名称	夜の料理教室
実施時期	4月26日(金) 11月26日(火)
取組内容	4月26日(金)「～疲れた胃腸を癒す～ 春の食材を使った簡単時短料理」 「春の美味しさギュッとつまった春食材たっぷりメニュー」全4品 ・大根とキャベツのおかゆ ・キャロットラペブルー ・オクラと梅の豆乳茶碗蒸し ・かぼちゃの味噌マヨサラダ 11月26日(火)「減塩術と時短術で旬の食材を使った料理を学びましょう」 「美味しく減塩！簡単時短料理」全4品 ・鶏肉ゆずこしょう焼き ・桜えび生姜ごはん ・わさびドレッシングサラダ ・牛乳寒天 毎日の家庭料理に生かせる調理レシピや料理の技術・知識を学び、食や健康への意識を育む。夜間の開講とすることで、日中は仕事や家事で忙しい20代～50代の社会人を主なターゲットとし、その世代が日々の生活に取り入れやすい時短料理や栄養バランスを考えたレシピを中心に調理・実食する。また、調理体験を通じて受講生同士のコミュニケーションを育む機会とする。

②食育月間以外の月（6月を除く4月～12月）の取組

市町村名	一関市																		
団体・企業名	団体名（山目地区まちづくり協議会 URL:http://yamanome.com ） 報告者（職 事務局長補佐 氏名 加藤善昭 ）																		
名称	防災クッキング																		
実施月日	令和元年8月31日（土曜日） 時間： 10時 00分～ 12時 30分																		
取組内容	【目的・ねらい】 災害時の知恵を学び、夫婦、親子が協力して共同作業を体験します。 【参加人数】 総参加人数 <u>52</u> 人 ○内訳 <table border="1"> <thead> <tr> <th>対象</th><th>人数</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 乳 児（1歳未満）</td><td></td></tr> <tr> <td>② 幼 児（1歳～就学前）</td><td>未満児： 3歳児： 4歳児： 4 5歳児： 8</td></tr> <tr> <td>③ 学 童（6歳～12歳）</td><td>1年生： 3 2年生： 2 3年生： 5 4年生： 4 5年生： 2 6年生： その他：</td></tr> <tr> <td>④ 思春期（13歳～18歳）</td><td>1年生： 2年生： 3年生： その他：</td></tr> <tr> <td>⑤ 青年期（19歳～39歳）</td><td>17</td></tr> <tr> <td>⑥ 壮年期（40歳～64歳）</td><td>5</td></tr> <tr> <td>⑦ 高齢期（65歳以上）</td><td>2</td></tr> <tr> <td>⑧ 不明</td><td></td></tr> </tbody> </table> 【場所】 一関市山目市民センター 【内容】 ・お父さんの役割 — テントとバーベキューの炭をおこします。 ・お母さんと子どもの役割 — 炊飯と調理をします。 ・全員で防災レクチャーを聴講し、いろいろな非常食や正しい花火の仕方を学びます。 ・調理した非常食をバーベキューと一緒に試食します。 【成果】 ・ビニール袋を使った簡単非常食の作り方を学びました。 ・親子で料理することにより家族のコミュニケーションが図れました。 ・災害時を想定し野外で調理し食事することを体験しました。 【課題等】 ・特にありません。	対象	人数	① 乳 児（1歳未満）		② 幼 児（1歳～就学前）	未満児： 3歳児： 4歳児： 4 5歳児： 8	③ 学 童（6歳～12歳）	1年生： 3 2年生： 2 3年生： 5 4年生： 4 5年生： 2 6年生： その他：	④ 思春期（13歳～18歳）	1年生： 2年生： 3年生： その他：	⑤ 青年期（19歳～39歳）	17	⑥ 壮年期（40歳～64歳）	5	⑦ 高齢期（65歳以上）	2	⑧ 不明	
対象	人数																		
① 乳 児（1歳未満）																			
② 幼 児（1歳～就学前）	未満児： 3歳児： 4歳児： 4 5歳児： 8																		
③ 学 童（6歳～12歳）	1年生： 3 2年生： 2 3年生： 5 4年生： 4 5年生： 2 6年生： その他：																		
④ 思春期（13歳～18歳）	1年生： 2年生： 3年生： その他：																		
⑤ 青年期（19歳～39歳）	17																		
⑥ 壮年期（40歳～64歳）	5																		
⑦ 高齢期（65歳以上）	2																		
⑧ 不明																			



蒸しパン作り「分量が決め手?!」



「じゃがりこ」でポテトサラダ作り「味見したい!!」

※公表してもいい写真がありましたら、添付をお願いします。

【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	釜石市
取組の名称	食育推進事業「朝から！チャレンジクッキング」
実施時期	令和元年 7 月から令和元年 12 月まで
取組内容	朝食欠食をはじめとする生活リズムの乱れは、将来の生活習慣病にもつながることが知られていますが、当市は岩手県と比べて、学童期、思春期の朝食欠食率が高い状況です。 この現状を改善するため、釜石市内の中学生 278 人を対象に、朝食をとることの大切さを知らせる栄養講話と、地域の食生活改善推進員と協働して実践的な技術を身につける調理実習を行いました。 実習後に実施したアンケートでは、朝食の大切さを理解でき、調理を試みようという意欲を持てるようになるなど、生徒の意識の高まりが感じられました。