

受賞団体の取組紹介
ボランティア部門



ボランティア部門
《食生活改善推進員》

農林水産大臣賞

青森市食生活改善推進員会

(青森県) 活動期間 30年

親子の食育で健康寿命延伸へチャレンジ！

～だし活親子料理教室・食育おはなしセミナー・こども食育レッスン1・2・3♪～

「できた！」「おいしいね！」
喜びを親子で共感

年長～小学生の親子対象の県産だしを活用した「親子料理教室」や乳幼児健診でのだし活伝道活動、乳幼児～小学生の親子対象の市民図書館と連携した「食育セミナー」、年長児と保護者対象の市との協働による「こども食育レッスン1・2・3♪」を各保育園等で実施しています。



こども食育レッスン1・2・3♪の様子

実感に導くオリジナル教材

活動は、対象に合わせた会員オリジナルの方法・教材で行っています。フェルト生地で作った「青森県産たべものマップ」で地元の食材への関心を高めるとともに、「三色バランスの簡単おにぎらず」は大好評で、体験後の家庭での実践にもつながっています。



からだ元気！
赤・黄・緑のおにぎらず

青森県産たべもの
マップ



1・2・3のステップで
「わかる」「できる」を引き出す

「こども食育レッスン1・2・3♪」では、市の管理栄養士から保護者向けに三色食品群の基礎知識等のプレッスンを行ったのち、会員オリジナルの「食べものの働きと仲間たち」のお話、「三色仲間分けゲーム」や親子クッキングを行い、その後、各家庭で「おやこチャレンジシート」を実践することにより、親子での食べものに関する会話が増加するとともに、子供たちの食への意識と行動の変化にもつながっています。



おうちでもがんばろう！ おやこチャレンジシート



農林水産大臣賞という素晴らしい賞を頂き、有難うございました。

発足から30年、行政、関係各位のご尽力とご指導、諸先輩の方々の永年に渡る活動と熱い志が実を結んだと思います。

青森市食生活改善推進員会
会長 山谷 詠子



ボランティア部門
《食生活改善推進員》

消費・安全局長賞

東海市健康づくり食生活改善協議会

(愛知県) 活動期間 31年

とまと記念館で「健康メニュー」を提供 地域に根差した食育活動の推進

トマトd e 健康プロジェクト

とまと記念館（レストラン：食の活動拠点と位置づけている）でトマトを使った健康ランチを市民へ提供するほか、地域ではライフステージに応じた食育推進を実施しています。

小学生と簡単おやつ作り、高校生へ朝ご飯教室、働き世代には時短メニューを紹介する健康料理教室を開催するなど意欲的な取組を実施しています。



高校生へ朝ご飯教室の様子

健康寿命延伸に貢献したメニュー

トマトが健康に効果的な野菜であると言われていたことを踏まえ、トマトを使ったメニュー開発に力を入れ、野菜摂取量の向上に取り組んでいます。

とまと記念館の料理は、東海市認定健康メニューの基準を満たしているものを提供しています。全メニュー、トマトジュースの乾杯付きです。

トマトの
エスニックドーム
ヨーグルトソースがけ



大人気！
オムライス

健康ランチを教材に 情報を提供

多くの方に、楽しみながら食の情報を提供するため、レストランでは会員が接客しながらヘルシーメニューの作り方や野菜の手軽なアレンジを紹介するなど、食に関する情報提供を行っています。

トマト料理をきっかけに、野菜摂取の意識の醸成につなげています。



レストランでの接客の様子



この度の受賞、大変光栄に感じております。幅広い世代を対象に食育活動をしてきた結果が実り、大変嬉しく思います。この受賞を励みに、今後もさらに地域に根ざした食育活動を推進してまいります。

東海市健康づくり食生活改善協議会 一同



ボランティア部門
《食生活改善推進員》

消費・安全局長賞

うれしのし

嬉野市食生活改善推進協議会

(佐賀県) 活動期間 32年

郷土料理の伝承と、特産品のお茶について健康効果を伝えるとともに、
お茶の飲用と茶葉を使った料理の普及活動

お茶を「食べる」 という新たな切り口から

郷土料理本の作成に当たっては、言い伝えや独特な材料・調理法等を詳細に記載し、他に類を見ない先人の知恵や食文化を継承するものとなっています。

また、「茶葉を食べる」ことは飲用以上に健康効果が高い部分があると言われており、本会ではさらに「茶葉を普段の食事でおいしく食べる」ことを茶葉料理の普及活動を通じて行い、地産地消と健康寿命の延伸につなげています。



郷土料理教室の様子



伝えよう

「おどんが町の郷土料理」

地元の高齢者から集めた情報をレシピ本「おどんが町の郷土料理」を作成し、季節の行事や言い伝えとともに伝承しながら、細く長い活動が途切れることなく続いています。

また、レシピ集「うれしの茶・家庭で楽しむお茶料理」を作成し、特産品を使ったレシピを紹介するとともに、これらを活用した料理教室を開催し、普及・啓発を行っています。



「おどんが町の郷土料理」

「うれしの茶・家庭で楽しむお茶料理」

小・中・高 市内全校への食育活動

校区内の担当委員が学校と直接連絡を取りながら、安全に楽しく食の体験が行えるよう配慮しています。

特に、高校生への料理教室は、平成24年から継続して実施しており、嬉野市食育推進計画の目標である「高校卒業までに簡単な料理が作れるようになる」に大きく貢献しています。



高校生への料理教室の様子

昔から伝え守られてきた食文化も徐々に忘れられていく現状に懸念を感じ、上記2冊の本が作成されました。本に盛られた先人の知恵や食文化、うれしの茶の良さを多くの人に伝え継承していくために努力しています。



嬉野市食生活改善推進協議会 会員一同



ボランティア部門
《大学等》

消費・安全局長賞

香川短期大学 食育ゼミ

(香川県) 活動期間 10年

幼児・小学生を対象とする食育活動実践

10年間継続して 独自の食育活動を企画・実施

学生による企画提案活動支援事業である公益財団法人明治百年記念香川県青少年基金を活用し、地域の児童を対象とした独自の食育活動を、学生が入れ替わる中であっても工夫しながら10年間継続し、さまざまな体験活動を企画・実施してきました。

「生活文化にふれよう!」と題し、毎年11月に小学生を対象とした調理実習を、テーマを決め実施しています。

そのほか、年間を通じ地域の保育園や幼稚園、子供食堂での食育活動を実施しています。



幼稚園での
食育活動



子供食堂での
食事準備

子供の自発的な活動 をサポート

料理教室においては、学生はあくまでもサポート役として「子供たちだけで体験させる」ことを継続して行い、子供たちの意欲や自主性を引き出すものとなっています。

体験3ヶ月後に行ったアンケートでは、「食べられなかった野菜が食べられるようになった」「料理以外のお手伝いも進んで行うようになった」など、うれしい声をいただいています。



真剣に取り組む
子供たち

いっしょに
食べよう!



興味を引き出す 「絵本'sクッキング」

子供たちは絵本が大好き。

まず、絵本の読み聞かせで興味を引き出し、お話しに出てきた料理を自分たちで料理して食べるという体験は、子供たちのさまざまな学びにつながっています。



サンドウィッチ、ポトフ、プリン、スムージー



このような光栄な賞をいただき大変嬉しく思います。今後も「子供主体の食育教室」をテーマに地域の子供たちに食の大切さを伝えていこうと考えております。この受賞を励みに、より一層食育活動に取り組んで参ります。

香川短期大学 食育ゼミ 一同



ボランティア部門
《大学等》

消費・安全局長賞

九州国際大学 村上ゼミ「子ども食堂チーム」

(福岡県) 活動期間 4年

地産地消から食育、そして子供食堂へ！

子供たちとふれあい 自らも学ぶ

月1回、開催される子供食堂へ出向き、調理補助や配膳・片付けなどの作業を行うとともに、子供たちとのふれあいの中で、正しい食の在り方について考えています。

毎回、地元産食材を見繕って差し入れるほか、調理法や食べ方も提案します。

また、大学近くの小学校において、子供食堂の出張対応も行っています。



食材検討と試作・試食

メニューを提案 食材は地元産を吟味して

学生が自分たちで食材を決定し、調理法をまとめます。

食材の検討と購入にあたっては、地元の農産物直売所へ出向くのが基本です。売り場では生産者の話を聞いたり、食材の脇に表示されている生産者情報を見て、生産農家まで足を運ぶこともあります。こうして得た情報は子供たちへの説明や会話に活かしています。

学生は、本活動が子供たちの癒しや心の成長につながることを願っています。

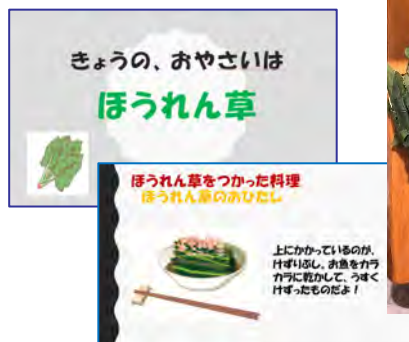


直売所での情報収集

食材について わかりやすく伝えるために

地元の特産品を使ったメニューの場合、それがどうして有名になったのか、どこが美味しいのか、他にどんな調理法があるのかなど、小学生にも理解しやすいようイラストを多用してまとめています。

さらに、調理を済ませると元の姿が判らなくなる食材（青野菜など）もあるため、調理に使わないものをテーブルに飾り、子供の手にとれるようにしています。



地産地消がテーマの村上ゼミにあって、私たちのチームは、食育実践の立場から子供食堂のサポートに取り組んでいます。チームリーダーとして活動のかじ取りは難しいと感じていますが、今回の受賞を励みに、もっと頑張っていきたいと思います。



九州国際大学 現代ビジネス学部
3年 宇原 優