



第6回食育活動表彰
農林水産大臣賞

ボランティア部門【食生活改善推進員の部】

農林水産大臣賞

としまむら

十島村食生活改善推進員連絡協議会

〔鹿児島県：活動期間17年〕

住み慣れた島でいつまでも暮らすために ～「食」と「健康」をサポート～

子供たちの自立に向けた食育活動

十島村には高等学校がないため、大半の子供たちは、中学卒業と同時に親元を離れます。それまでに料理の基本を身につけ、健全な食生活を実践し、生きる力を身につけてほしいという住民の切実な思いがあり、各島で親子クッキングを実施しています。また、地域に伝わる郷土料理実習など、島ならではの学びの機会を提供しています。

興味津々・・・
多世代交流の場



真剣な眼差し・・・
美味しくなれ！

地域の食材を使ったメニューで食生活改善の啓発

村内に食事ができるお店がないことから、「食改さんの健康食堂」を開催。地域の食材をふんだんに使った、バランスの良い、栄養のあるメニューを作り、試食しながら交流し、食生活改善の啓発を行っています。



地域食材の説明

食改さんの健康食堂メンバー



高齢者支援と災害時への備え

料理を渡すだけではなく、高齢者の自宅で一緒に料理の盛り付けを行ったり、食事に係る相談やアドバイスを行うなど、各家庭の状況に応じた対応を実施しています。また、毎年のように、台風や大雨の災害に見舞われる十島村では災害への対応は重要な課題です。災害時だからこそ、普段と変わらない食事で住民の方が安心できるよう、ポリ袋に食材と調味料を入れて鍋に沸かしたお湯で加熱調理する「パッククッキング」など、災害時に備えた食事実習も実施しています。

直接訪問し、
手作り弁当を手渡し



災害時に備えた食事実習の様子
みんなで試食



地域や関係者の御協力のもと、活動が実を結んだことを嬉しく思います。「住み慣れた島でいつまでも暮らし続ける」という住民の願いを叶えるため、これからも「食」と「健康」を支える活動を続けていきます。

十島村食生活改善推進員連絡協議会
一同

大阪市東住吉区 食生活改善推進員協議会 [大阪府：活動期間19年]

卸売市場・地域とコラボした
地元で獲れる伝統野菜等を介して行う食育事業

食材や流通に関する知識の啓発

卸売市場・地域とコラボした親子の食育教室「ファミリークッキング」では、実際に野菜や魚の実物に触れながらの卸売事業者による講習を行った後、伝統野菜「田辺大根」と近海で獲れる「いわし」を使った調理実習を行っています。講座終了時には、自宅でも実習できるよう、持ち帰り用の食材も用意しています。



ファミリークッキング
(さかなの部)



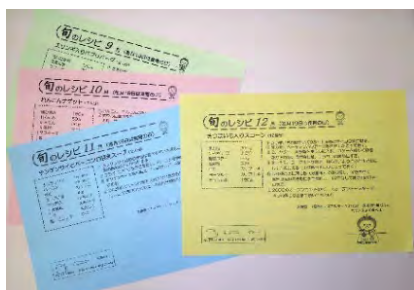
ファミリークッキング
(やさいの部)



パパもママも一緒に実習

旬の食材と料理について普及啓発

旬の食材を使った「旬のレシピ」（季節の一品料理）を毎月作成し、大阪市東住吉区役所広報紙及びホームページに掲載するほか、地元のスーパーマーケットや商店街において、いつでも・だれでも活用できるように設置しています。



毎月旬のレシピを発行

地元商店街組合とともに

「田辺大根フェスタ」では、地元の商店街組合などと連携して企画段階から関わり、田辺大根を使った料理の試食提供や、食育ブースを設置しての田辺大根実物展示など、実際に五感で体験できる場を提供しています。イベントを活用し、幅広い世代に対し食文化の普及活動を行っています。



「田辺大根フェスタ」
の様子



田辺大根
(ふろふき大根)
の試食



今般のコロナ禍にあって、私たちの活動も子供や地域のために工夫をこらして行っていますが、この度の受賞で今後の活動に明るい希望をいただきました。今後とも会員一同力をあわせて食育の推進に努めてまいります。

大阪市東住吉区食生活改善推進員協議会
一同

よしかちょう

吉賀町食生活改善推進協議会

〔島根県：活動期間42年〕

食を通した『学ぶ、作る、つなぐ』
～育ててよし！の人づくり活動～

「豊かな学びや体験」と「豊かな人との関わり」 サクラマスプロジェクト

地域に伝わる食文化を継承するなど、食を通じて吉賀町が推進しているサクラマスプロジェクト（ふるさとでの体験をもとに将来の吉賀町を支える人材を育てること）を進めています。そして、バランスの良い食事や自分の体にとってどんな食事が必要かを学び、自分で料理が作れるようになることを目指して、普及啓発に努めています。



サクラマスプロジェクトの様子
「カルシウムをしっかりって
骨を丈夫に！」



高校生のための食育教室の様子

ライフステージに合わせた 料理教室

地元の保育所・小学校・中学校・高校と連携し、自分の体にどんな食事が必要かを学習し、自分で料理が作れるようになるための調理実習に加え、伝承料理の調理実習を実施し、吉賀町に伝わる食文化を継承しています。また、成人に対する活動として公民館などと連携し、調理実習や食体験・啓発事業を行い、地域住民の健康づくり推進活動を進めています。



男性料理教室の様子

地域に伝わる
大きなぼたもち



中学3年間の学びを冊子に！

地元中学校において、年間を通し調理・食文化・栄養などについて学ぶ食育スクールを実施するほか、部活支援や文化祭などでおやつを提供を行っています。3年間の活動でふれた食に関するレシピをまとめた冊子を、卒業時に生徒に配布し、その後の生活にも役立ててもらおう工夫をしています。また、伝承料理のレシピ集も発行し、普及啓発に寄与しています。



中学校の
食育スクールの様子
「卵焼き上手にできるかな？」



卒業時に配付される3年間の活動レシピ集



このたびは、栄えある賞をいただき光栄に思います。

これを励みに食を通じて健康づくりのみならず、地域の「つながり」を深め、ふるさとを誇りに思える地域づくりをしてまいりたいと思います。

吉賀町食生活改善推進協議会
会長 三浦 万利子



第6回食育活動表彰
農林水産大臣賞

ボランティア部門【食育推進ボランティアの部】

農林水産大臣賞

おさだ はやひさ
長田 勇久

[愛知県：活動期間27年]

地元の食材・食文化の魅力と旬の大切さを、
料理人の立場から食に関わる方々とともに伝える、
オンラインも活用した楽しく学ぶ食育活動

料理人の立場から 地域の食材等の魅力を伝える

自ら経営する日本料理店を拠点として、持続可能な食に繋がる地域の食材と発酵文化の魅力、旬の大切さを料理人の立場から多くの人に伝えています。また、生産者や食品事業者と協力した公開講座、伝統野菜や醸造文化の研究と発信、小中学校や栄養教諭等への料理講座なども展開しています。

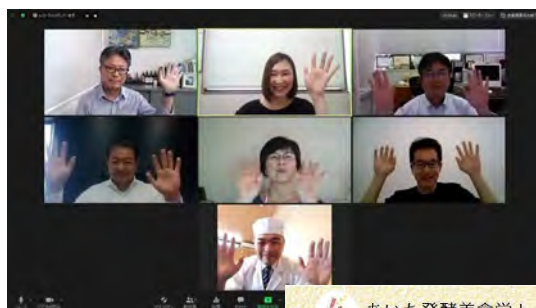


伝統野菜料理のイベントの様子

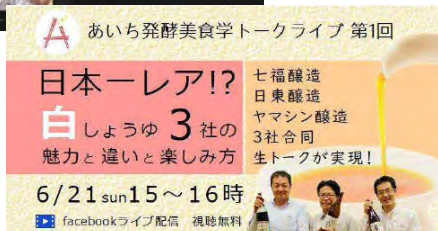
あいちの
伝統野菜

オンラインを活用した 楽しく学ぶ食育活動

より多くの方に活動内容が伝わるように、ZOOMでオンライン講座を行っているほか、FacebookやInstagram等のWeb媒体を活用して調理イベントの様子などの情報を発信しています。また、より楽しく学べるようリアルとオンラインの新たな融合や多様な分野との積極的な交流なども取り入れています。



オンラインを活用した
トークイベントの様子



学術的な説明と現場情報を 同時に発信する工夫

店舗では、食材、調理方法、食文化、旬の説明に時間をかけ、会話を通じてお客様の意向把握に努めています。また、地元の食文化に関する団体などに主体的に関わる中で生産者や食品事業者との交流を行い、生産物の知識を深め、つくり手の熱い想いを知るとともに、各種イベントの企画立案に役立てています。オンラインイベントの開催に当たっては、大学教授や他の料理人とオンラインを通して頻繁にミーティングを行ったり、各回の参加者とはチャットを活用して意見交換を行うなど、分かりやすく楽しい学びとなるよう工夫しています。



公開講座の様子



和食や地元の食文化の大切さを伝えるために、生産者や料理人、学校の先生、店のスタッフ、運営事務局など、多くの方々と一緒に活動しております。今回の受賞にあたり、素晴らしい仲間本当に感謝です。

日本料理一灯 長田 勇久

のうさんぎょそん
愛媛県農山漁村生活研究協議会

〔愛媛県：活動期間21年〕

愛媛産食材の魅力と「食と農」の大切さを伝える
「お母ちゃんがつくるおごっそう」
～子供たちにふるさと料理に込められた先人たちの知恵と技をつなぐ～

農林漁家女性による幅広い食育活動

県内で千人を超える協議会員が、13地区の各拠点で延べ3万人以上の児童や地域の人々を対象に、食文化普及講座や保存伝承活動を実施しています。会員の多くは農林水産業に従事しており、食材の利活用・調理のノウハウだけでなく、地域の豊かな自然や農林水産業が果たす役割について伝えており、これらの活動は、県の食育推進計画においても、重要な役割を担っています。



児童に郷土料理を説明する協議会員



吉田コロッケづくりに挑戦

愛媛の食材と食文化の魅力を世界に

食農教育フォーラムや各地域でのイベントでは、試食会やコンクール、レシピの配布などを通して消費者と交流し、食に関する関心と理解を深める活動に取り組んでいます。また、協議会が出版したレシピ集「愛媛のふるさとごはん」は、多くの家庭で活用されており、令和2年度からは新しくインターネットで作り方を紹介し、全世界に愛媛の食材と食文化の魅力を届けています。



「愛媛のふるさとごはん」
レシピ集を作成



郷土料理を動画で撮影

先人の知恵と技を子供たちに

地域の小学校で開催する「えひめ食文化普及講座」では、先人の知恵と技が詰まったふるさとの味教室、季節の食材を使った料理づくりのほか、後継者と一緒に農作物の栽培や収穫体験をしたり、魚のさばき方、はだか麦の味噌やジャム作りなど、その地域の特色を活かした講座を開催しています。



親子で郷土料理を学ぼう

こんにやく栽培体験



平成12年度より児童に愛媛の食文化を伝える「食農教育活動」に取り組んでいますが、この活動が認められたことを大変うれしく思います。今後も、この活動を主軸に、今までの先輩たちが積み上げてきた歴史を次代に継げるように、元気に頑張りたいと思います。

愛媛県農山漁村生活研究協議会
会長 松木 明子



シニア世代のサバイバル男料理の会

〔岡山県：活動期間11年〕

男おひとりさま料理カンタン教室

シニア男性料理作りの重要性

当会ではシニア男性やその家族に対し、料理作りの重要性を十分に知ってもらうこと、そして料理初心者を対象にした教室作りを目的にしています。毎年、新規応募用チラシの市内回覧やメディアを通してのPRにより広く募集を行っています。

シニア男性 第二の人生「料理」から

男おひとりさま料理カンタン教室

受講者募集！
シニア男性
初心者限定

期間：R 2年9月～R 2年12月
期間内に **7回** の講座
会場：ライフパーク倉敷

多くの卒業生から好評（開設10年目）
「7回の講座で料理の
基本と理論を習得できる」

料理学んで **頭脳イキイキ・健康増進・夫婦円満**

応募チラシの一部

料理教室の特徴

食材購入実習を近所のスーパーマーケットで行い、座学で学びつつ、実物を使って見分け方などのポイントを理解して頂きます。講座終了後には毎回反省会を開催して問題点を把握し、その都度改善を図っています。さらに、卒業半年後及び2年後にアンケートを実施することにより、厨房に立つ頻度、卒業後の感想、要望などを把握し、長期の改善に結びつけています。アンケート結果では、「料理の基本がわかりキッカケができた」「サポーターが初心者の立場になってくれた」「料理を通して夫婦仲が良くなった」などの意見を頂き、会員の自信にもつながっています。



スーパーマーケットでの食材購入実習の様子

短期間講座で習得するために

受講者を初心者限定とすることで、全員が同じレベルで安心して伸び伸びと学ぶことができます。基本講座7回で卒業、直ぐに厨房に立てるよう効率的な短期集中講座とし、自分一人で確実に作れるよう写真付きレシピを活用しています。講師のほか、卒業生（ボランティア）からなる6名のサポーターが指導しています。



包丁の持ち方練習の様子

写真付きレシピの一例

Ⅲ 食材の前処理			
1. 豚肉の前処理 ②～④は一度に投入し、そして⑤で混ぜる。			
①切る、②下味をつける	③微塵切りのニンニク	④カレー粉	
			
食べやすい大きさに切り、ボウルに入れ、酒・塩を入れて下味をつける	微塵切りにしたニンニクを加える	隠し味にカレー粉を加える	



栄えある受賞に倉敷市長をはじめ関係部門、地域の方々も大変喜んで下さり、会員一人ひとりに、誇りと活動へのエネルギーを頂きました。この受賞を励みに更にパワーアップし、元気なシニア男性が増えていく、楽しい教室にしたいと思います。

シニア世代のサバイバル男料理の会 一同