

事例

食生活改善推進員による食文化継承の取組

一般財団法人 日本食生活協会

①ふるさと料理教室の開催（静岡県協議会）



ふるさと料理教室

幼児と保護者、小・中学生を対象に、今年は「だし」について学ぶこととし、だしの取り方、だしの色々な違いについて体験しました。種類や効果、そして郷土料理の歴史や文化などにも触れ、いままでに知らなかっただしについて学習しました。だしをしっかりとる事で「減塩」につながり、それが健康的な食生活につながる事を多くの人々に伝えています。

②高校へ郷土料理出前講座（岐阜県瑞浪市協議会）

瑞浪市協議会では毎年、市内の県立高校の家庭科教諭の依頼により、郷土料理を教えに出向いており、今年は「箱寿司」と「からすみ」に挑戦しました。次世代に地元の料理を伝えることは大切です。

瑞浪市は、食塩摂取量が高いこともあり郷土料理にも「減塩」という目線を取り入れ、高校生と減塩について一緒に考えて未来へとつないでいます。



和菓子「からすみ」の実習風景



地元につながる箱ずし



和菓子「からすみ」



生活福祉科の生徒と共に