



食育info あおもい

 青森中央短期大学

～青森県地域に根ざした食育活動促進業務～

発行日 平成23年 4月

本事業も2年目に入りました 今年度もよろしくお願ひいたします

長かった冬も終わり、平成23年度がスタートいたしました。入園式や入学式等、年度初めの様々な行事が続き慌ただしいことと思います。また、3月11日に起こった東北地方太平洋沖地震では、東北地方全域、特に太平洋側の地域で大変な被害に遭われたのではないのでしょうか。被災された方々に心からお見舞い申し上げます。そして一日も早い復興を切に願っております。

さて、昨年度の2月から3月にかけて県内3地区で食育活動事例発表会が行われました。お忙しい中ご参加くださいまして、本当にありがとうございました。食育サポーターを活用した食育活動についても知っていただけたのではないのでしょうか。

今回、東北地方太平洋沖地震発生に伴い、三八・上北・下北の事例発表会は急遽中止とさせていただきます。急なご連絡となり、ご迷惑をおかけいたしました。食育活動事例や食育教材につきましては、訪問時や広報誌等でお知らせしてまいります。ご質問等ありましたら担当地区のコンシェルジュまでお問い合わせください。

昨年度より一層、食育活動を推進していきますので、今年度も本事業をどうぞよろしくお願ひいたします。

- 食育活動の内容
- 食育教材
- 地域の生産者の方とのコミュニティー
- 食育を行う人手・時間

お困りではないですか？

食育指導でお困りの際は是非食育サポーターをご活用ください。

食育に関心のある農業従事者や栄養士、保健師等の資格を持つ方がボランティアで講話や調理実習、寸劇等による食育指導に伺います。

「こんなこともできるの?」「こんな活動をしたい」等の要望がございましたら、お気軽に担当地区の食育コンシェルジュまでご連絡ください。活動に適任の食育サポーターをコーディネートいたします。



東青地区担当の佐藤です。

昨年度は14件の活動申込みを頂き、無事に活動を終えることができました。活動内容は、パペットを用いた「朝ごはんスイッチ」の人形劇、手作りの紙芝居を用いた「好き嫌いについて」、郷土料理や食生活の講話、調理講習会などを行いました。対象は園児、児童、保護者、高齢者と幅広く活動させていただきました。活動後には、報告書を提出していただいております。実際行った活動を見て感じたことが書かれており、とても勉強になります。



▲「朝ごはんスイッチ」の様子

ここで活動が多かった「朝ごはんスイッチ」の人形劇を少し紹介します。3～5歳児を対象に東青地区のサポーターさんがシナリオを考えてくださいました。主人公は運動会にも関わらず朝ごはんを食べずに行ってしまう。どうして朝ごはんを食べられなかったのか、運動会ではどうなったのか等を、みんなで話し合いながら進め、朝ごはんを食べることの大切さに気付いてもらうことを目的としています。人形劇ということもあり、園児は最後まで集中してお話を聞いています。楽しみながら朝ごはんの役割を学ぶことができます。

平成23年度分の申し込みも何件か頂いています。皆さんから頂いたご意見・ご要望を参考に、新しい教材を作成したり、内容を練り直したり、昨年度以上に喜んでもらえる食育活動ができるように励んでいます。

4月から幼稚園・保育園・小学校などに、平成23年度の変更点などの事業説明に伺う予定です。事前に電話で連絡しますので、ご都合のいい日を教えてくださいようお願いいたします。

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



▲調理講習会で作ったメニュー

中南地区担当の森山です。

平成23年3月5日(土)に弘前市総合学習センターにおいて「平成22年度あおもり食育サポーター中南地区事例発表会」を行いました。当日は、食育サポーターをはじめとし、学校関係者の方に多数ご参加いただきとても感謝しております。



今回はサポーター活動の事例発表だけではなく、依頼して下さった施設の担当者にもお話をいただきました。実際の活動の反応や対象者の実施後の様子などを聞くことができ、参考になりました。当日は教材展示も併せて行いました。参加者の皆様から色々ご質問やご意見をいただいたり、熱心に教材を見学されていたり、大変興味をもっていただいた様子でした。今回は時間が短くできなかったのですが、次の機会には参加者やサポーター同士の交流の時間も設け、意見交換の場を設定するつもりです。

この発表会を通し、食育サポーターやコンシェルジュの活動が少しは地域のみなさんに広まったのではないのでしょうか。昨年度はあまり広報活動を行えなかったこともあり、中南地区の活動件数が伸び悩みましたが、今年度は積極的に活動していきますので皆さまからのご依頼お待ちしております。今後よろしくお願いいたします。

こんにちは、三八地区担当の伊藤です。

皆様のおかげを持ちまして、「あおもり食育サポーター」による食育活動が少しずつ周知されてきたようです。広報活動として訪問させていただいた際にはお話を聞いて下さり、ありがとうございました。三八地区でも、平成23年度の活動申込みや食育活動に関するお問い合わせをいただき、皆様の食育に対する関心の高さが伺えます。



創刊号発行後、3つの保育園で食育活動を行い、どの活動もご好評をいただきました。

「健康的で美味しい簡単クッキング」では米粉の粘性を生かし、園児が混ぜるだけで出来るチョコプリンやきな粉飴を作り、園児にとっては新鮮で、先生方には昔懐かしい味を堪能しながらの活動でした。「食事マナー」に関する講話、「好き嫌いをなくそう」と題した寸劇も行いました。食育を寸劇で学ぶ事は非常に刺激的で、園児は終始集中して観賞していました。このように「あおもり食育サポーター」と食育活動を行うことで新たな発見や、情報交換等が出来るのではないのでしょうか。

三八地区では保育園から小・中学校、大人、そして親子の食育講座と沢山の方々に活用していただいております。今後も幅広い年齢層の方に、より多くの形で活用していただけるよう、サポーターさんご協力のもと食育活動をすすめていくつもりです。今年度は「青果市場見学ガイド」や、「米粉を活用した調理実習」、「ブラックライトを用いた手洗い指導」等の実施を予定しております。

今後訪問させていただいた際には皆様とは食を通して様々なお話をさせていただけたらと思います。今後ともよろしくお願いいたします。

西北地区担当の鈴木です。2月27日に行われた西北地区事例報告会にお越しいただいた方々、お忙しい中ありがとうございます。当日都合が悪くお越しいただくことができなかった方も、是非次の機会にお越しください。お待ちしております。

さて、西北地区では東青地区の事例発表と、食育教材展示、食育講話、西北地区での食育サポーター紹介を行いました。事例発表や食育サポーター紹介を通し、食育サポーターの方の食育に対する熱意が伝わったのではないのでしょうか。食育サポーターによる食育活動に興味を持っていただくことができたなら幸いです。

写真は事例報告会の様子と教材展示の一部です。



▲教材展示の一部



▲東青地区事例報告中

次に昨年度の事例を紹介します。五所川原市の保育園の参観日に、食育活動を行いました。大きな手やあおもり食育マップ、パペットや紙芝居等を使用し、マナーや野菜について親子で楽しく学び、その後で津軽の郷土料理「かぼちゃ餅」を参加した親子に振る舞い、みなさんに食べてもらいました。また、別な五所川原市の保育園では、職員を対象とした「食物アレルギーと離乳食」についての講話を行い、みなさん熱心に耳を傾けていました。

新年度に入り、皆さんの施設でも様々な食育活動の計画を立てているのではないのでしょうか。食育活動で何かお手伝いできることがございましたら、どんな些細なことでも構いませんので、是非声をかけてください。

食育コンシェルジュ上北地区担当の山本です。＼(^)/

昨年度、上北地区は11件の食育活動をさせていただきました。今年度もすでに4件のお申込みをいただいております。多くの団体からお申込をいただき、本事業が地域に根付いてきていることを実感しております。

1月には三沢市内で「県産米粉を使った料理教室」を行いました。はじめに米粉の種類や特性について学び、それから米粉を使用した料理を3品つくりました。米粉は現在注目されている食材の一つであるため、熱心に食育サポーターの話に耳を傾けていました。

3月にはおいらせ町の保育園で「食事マナーについてのお話」「親子クッキング(ジャンボ海苔巻き作り)」を行いました。食育サポーターの指導のもと、ジャンボ海苔巻きが完成した時には園内に歓声が巻き起こりました。親子で協力して作ることで、思い出に残るイベントになったのではないのでしょうか。海苔巻きを食べる時には園児達が自ら箸を直そうとしている姿も見受けられました。



上北地区はこれまで、保育園での食育活動を主に行ってきました。今年度は、保育園での活動はもとより他の様々な学校・団体等にも本事業を広く活用していただけるように、引き続き広報活動に力を入れていく予定です。これから訪問させていただく施設の皆様、どうぞよろしくお願いたします。

※平成23年3月21日に予定しておりました上北地区食育活動事例報告会が、東北地方太平洋沖地震の影響を受けて中止といたしました。参加申し込みをくださった皆様には大変申し訳なく思っております。食育活動・食育教材についてご質問等ございましたら、いつでもご連絡ください。

みなさんお久しぶりです。下北地区の浜田です。

創刊号発行からまた少し依頼が来まして、下北地区の事例が3件になりました。まだまだ少ないですけど・・・



1件目は幼稚園の年中、年長を対象に、3色分けの食べ物の話とバランスの良いメニューにするにはどうしたらいいかを、食事バランスガイドやフェルトで作ったお弁当教材を使ってお話をしました。

2件目は幼稚園の園児とその保護者を対象に米粉を使った親子クッキングを実施しました。みんな、お母さんたちと仲良く材料を計ったり混ぜたりしてとても楽しそうでした。

3件目は地域のみなさんを対象に味噌作りをしました。参加者は親子連れや味噌作りに興味のある方たちばかりで、大豆を蒸かしたり糶と混ぜたりと、普段できない味噌作りの貴重な体験ができとても勉強になったそうです。

このように幅広い年齢の方々に申し込みをいただいて、いろいろな活動をさせていただきました。参加してくださった方ももちろんですが、私自身もたくさん勉強になることばかりで毎回楽しく活動させていただいております。今後も広報活動などを積極的に行い、下北地区で広く食育を広めていきたいつもりです。

東北地方太平洋沖地震の影響で今も食べ物を満足に食べられない人がたくさんいます。だからこそ、食べ物の大切さを考え直してみるときののではないのでしょうか。



今後のお知らせ



平成23年度のあおもり食育コンシェルジュ設置業務及びあおもり食育サポーター支援業務計画案についてお知らせいたします。

①食育イベントの開催

食育月間である6月25日に、青森中央短期大学キャンパス内で食育交流会や食育体験コーナー教材展示等を行います。

②あおもり食育サポーター事例発表会

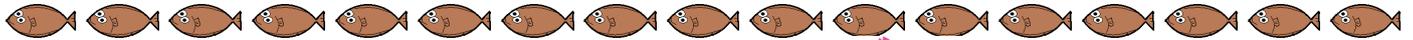
県内6地区で県内や地区毎で行われた活動事例の報告を11月～12月に行います。

③食育教材バンクの運営

食育教材の作成・貸出を行います。申し込み方法は後日連絡いたします。



上記の計画は変更になる場合がございます。ご了承ください。



編集後記



創刊号発行後、ご覧になった方からの質問や食育活動要請があり、大変嬉しく思います。みなさんの声私たちコンシェルジュの励みになっています。どんな小さなことでもかまいませんのでご意見、ご質問をお待ちしております。

冒頭でもふれましたがこの度の東北地方太平洋沖地震発生後、食料不足や燃料不足が県内でも各地で起こりました。特に太平洋沿岸地域では、津波による被害で避難所生活を余儀なくされた方が多かったのではないのでしょうか。

混乱の最中、最も重要だったと言えるのが食料です。震災後、まずは食料を確保するためにコンビニに押し掛けた方が多かったことがその裏付けです。青森県を始め、東北は食の宝庫です。食は生活と直結しています。また、青森県は食をPRし広めていく活動や、食育推進活動、地産地消等、食に関する活動を積極的に行ってまいりました。今こそ、食の重要性や青森県の農林水産業について広めていく時だと考えております。皆様のお力に少しでもなれるよう、私たち食育コンシェルジュ・食育サポーターも支援してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

お問い合わせ先

青森中央短期大学 あおもり食育サポーター事務局 [URL] <http://www.chutan.ac.jp/>

[所在地] 〒030-0132 青森市横内字神田12

[電話] 017-728-0121(代) [FAX] 017-738-8333



東青地区(担当：佐藤)[携帯番号]080-2807-0836 [Eメール]syokuiku-aomori@chutan.ac.jp	西北地区(担当：鈴木)[携帯番号]080-2807-0834 [Eメール]syokuiku-seihoku@chutan.ac.jp
中南地区(担当：森山)[携帯番号]080-2807-0835 [Eメール]syokuiku-hirosaki@chutan.ac.jp	上北地区(担当：山本)[携帯番号]080-2807-0833 [Eメール]syokuiku-kamikita@chutan.ac.jp
三八地区(担当：伊藤)[携帯番号]080-2807-0832 [Eメール]syokuiku-hachinohe@chutan.ac.jp	下北地区(担当：浜田)[携帯番号]080-2807-0831 [Eメール]syokuiku-shimokita@chutan.ac.jp

