

食育活動取り組み事例集（抜粋）

目 次

No. 1	宮城県栄養士会「いい日いい汗栄養まつり」	P24
No. 2	七ヶ宿栄養士会「地域に根ざした学校給食推進事業」	P24
No. 3	仙台教育事務所管内学校給食栄養士会「地場産野菜の紹介掲示物の掲示」	P25
No. 4	美里町地域婦人会・北浦地区婦人会「毎日の生活の中で「食」を考えよう」	P25
No. 5	亘理町婦人連・吉田婦人会「歯舞（ハボコイ）昆布と牛乳，乳製品を使った料理」	P26
No. 6	婦人会「親子で夏野菜を食べよう」	P26
No. 7	石巻市立荻浜保育所「わくわく おさかなクッキング」	P27
No. 8	石巻市立湊保育所「みんなで楽しくクッキング！」	P27
No. 9	大崎市鹿島台なかよし保育園「夏野菜カレーを作ろう」	P28
No.10	大崎市三本木子育て支援総合施設ひまわり園「梅干しづくり」	P29
No.11	川渡カトリック保育園「バケツで稲づくり・ミニ菜園」	P29
No.12	丸森町金山保育所「親子で食事バランスを考え「かみかみチェック」を体験しよう！」	P30
No.13	気仙沼市立崎浜保育園「保育所で磯あそび体験」	P30
No.14	気仙沼市立階上保育所「野菜を育てよう」	P31
No.15	大和町保育所「町内お店めぐり（食の流通を知る）&調理見学」	P31
No.16	丸森町立館矢間保育所「夏祭り会」	P32
No.17	丸森町保育所「父母参観&収穫祭」	P33
No.18	西多賀チェリー保育園「祖父母と一緒に月見団子づくり（世代間交流）」	P33
No.19	仙台市桜ヶ丘保育所「（絵本を通しての食育活動）野菜にふれる」	P34
No.20	多賀城市あかね保育所「一緒にお花や野菜を植えましょう会（地域活動事業）」	P34
No.21	栗原市立玉沢小学校「親子で米粉クッキング（学年PTA行事）」	P35
No.22	宮城県PTA連合会「食習慣に関するアンケート調査について」	P35
No.23	登米市PTA連合会「お弁当の日を設定し，子供による弁当づくり」	P36

No.24	小牛田幼稚園いちごの会 (PTA) 「お月見だんごをつくろう！」	P36
No.25	宮城県農業協同組合中央会 「第5回おにぎりフォーラム2008」	P37
No.26	いしのまき農業協同組合 「わんぱく探検めぐりスクール」	P37
No.27	加美よつば農業協同組合 「グリーンソーリズム 田んぼ体験教室」	P38
No.28	大学生協東北事業連合	
	「どうなる、どうする日本の食シンポジウム ひろがれ「弁当の日」 IN東北」	P38
No.29	塩竈市団地水産加工業協同組合 「月見が丘小学校6学年PTA行事「食育王ゲットだぜ！」	P39
No.30	女川町食生活改善推進員会 「親子料理教室」	P39
No.31	川崎町食生活改善推進員会 「歯の衛生週間川崎大会 (歯にいいおやつを試食)」	P40
No.32	栗原市食生活改善推進員連絡協議会 「おやこ食育教室」	P40
No.33	柴田町食生活改善推進員連絡協議会 「おやこ食育料理教室・放課後児童クラブ」	P41
No.34	大和町食生活改善推進員会 「酪農家見学会「牛乳ができるまで」	P41
No.35	松島町食生活改善推進員会 「留守家庭学童保育」	P42
No.36	村田町保健推進委員会 「野菜とカルシウムを一杯食べよう」	P42
No.37	本吉町食生活改善推進員連絡協議会	
	「健康とふれあいのまちづくりフォーラム「みんなで広げよう食育の輪」	P43
No.38	塩竈市食生活改善推進員会 「よい食生活をするためのグループ講習会」	P44
No.39	七ヶ浜食生活改善推進員連絡協議会 「おやこ食育教室」	P44
No.40	名取市食生活改善推進員連絡協議会	
	「生活目標「夕食後の菓子類・果物は控えましょう」のチラシの作成・配布」	P45
No.41	キャベツクラブ 「食文化指導・環境指導」	P45
No.42	多賀城市老人クラブ連合会女性部リーダー 「ヘルスサポーター養成」	P46
No.43	みやぎ食を伝える会 「みやぎの食を伝える」	P46
No.44	仙台農村生活研究懇談会 「親子料理教室」	P47
No.45	登米市歯科医師会 「学校歯科保健研修会」	P47
No.46	登米市歯科ボランティア 「幼稚園における親子歯磨き教室」	P48
No.47	東北農政局消費安全地域第二課 「出張講座「食」の安全・安心に関する情報提供」	P48
No.48	大崎食育コーディネーターの会 「ずんだだんごづくり」	P49

No.1

団体名	宮城県栄養士会
取組事業名	いい日いい汗栄養まつり
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・県民健康づくりの公開講座 講演:「おいしく食べてエネルギーダウン」東京サラヤ(株)木下真希氏 ・イベント 骨強度測定, インボディ, ボディランナー, 野菜の展示(地物), 歯周病チェック, 血管年齢チェック, 栄養相談, 商品展示
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・県民へのアピール周知方法について ・マスコミ等の活用 ・人の集まりやすい, 参加しやすい, 場所(施設)の選定
連携・協働・協力支援者	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科医師会 ・歯科衛生士会 ・健康運動指導士会 ・賛助会員 ・臨床検査技師会 ・薬剤師会 ・看護協会 ・東北生活文化大学
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケートから, 89%が満足している。(すごく楽しかった, 楽しかった) ・年代をみても, 10代から90代と幅広い年代の参加がある。(20代が一番多く, 次いで50代) ・イベントコーナーの測定48.1%, 展示46.9%, 栄養相談24.9%の順に好評であった。 ・年々楽しみに参加している人も多く, 参加者も増えてきている。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・関係団体の連携のもとに, 年々幅広い内容となっている。 ・栄養士会としては, 「食」を全面に出せる内容について更に検討が必要となっている。

No.2

団体名	七ヶ宿栄養士会
取組事業名	地域に根ざした学校給食推進事業
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・生産者との定期的な打合せ 保育所から高校給食までの地場産利用の促進 ・郷土料理の勉強会 保育所から高校, 老人福祉施設での郷土料理を取り入れた給食の提供
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・各施設の栄養士, 生産者, 地域の方々と連携することにより, 町全体で取り組む体制が出来た。
連携・協働・協力支援者	教育委員会 ・生産者
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・地場産が給食に取り入れやすい環境づくりができ, 生産者や子供, 保護者の給食に対する関心が高まった。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・様々な機関と一緒に働くことで, これからも継続出来る体制をつくる事が出来た。これからも連携し, 給食を通したより良い食環境づくりを支援していきたい。

No.3

団体名	仙台教育管内学校給食栄養士会
取組事業名	地場産野菜の紹介掲示物の掲示
取組内容	・地場産野菜の生産地を栄養士が訪問取材し、内容をまとめた掲示物を各学校に掲示する。
留意したこと 工夫したこと	・写真を効果的に掲示して、子供たちが見やすいよう、興味を持ちやすいように工夫した。
連携・協働・協力支援者	・JA学校給食担当者 ・名取市教育委員会
エピソード	・教員からは、「写真があって子供たちが興味を持って見やすかったのではないか」「給食に携わっているひとならではの内容で良い」という声が聞かれました。
コメント	・JAさんの協力で、実際に給食用野菜を納めている農家さんへ取材ができたことが良かった。 ・児童生徒が実際に出向くのは難しいので、少しでも現地の雰囲気が伝わるような内容の掲示物になり、良かったと思う。

No.4

団体名	美里町地域婦人会・北浦地区婦人会
取組事業名	毎日の生活の中で「食」を考えよう
取組内容	・希望者(20人前後)に、料理教室の実施
留意したこと 工夫したこと	・若い会員に呼びかけるが、思うように集まってくれないのが悩みです。
連携・協働・協力支援者	・美里町保健福祉課 ・地区の班長 ・食育推進委員経験者
エピソード	・区長さん(男性)が必ず顔をみせて、会食、懇談をする。男性を少しずつ引き込んでいる。
コメント	・若い会員にも呼びかけるが、思うように集まらないのが悩み。 ・地区の世代間交流行事(お花見会、夏祭り、名月茶会、芋煮会、クリスマス会)等の行事を婦人会を中心に取り組んでいる。「マイディース」と名付けて「ふれあい農園」を十分活用して食材を用意している。男性にも畑仕事を手伝ってもらって、和気あいあいと楽しんで取り組んでいる。

No.5

団体名	亶理町婦人連, 吉田婦人会
取組事業名	齒舞(ハボコイ) 昆布と牛乳, 乳製品を使った料理
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・昆布を工夫して変化のある料理(保存食, 菓子) ・乳製品, 牛乳を使って子供たちと一緒に作れることにより楽しさを教えられる。 ・料理の幅が広がる(考え方, 工夫)
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・昆布は定番料理でない, 新しい料理を先生に工夫していただいた。 ・牛乳の新しい使い方。
連携・協働・協力支援者	・女子栄養大学講師 阿部 操 氏 ・宮婦連
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・各グループ毎のコミュニケーションが深まり, それぞれ楽しい雰囲気の中で実習が出来た。 ・同じ材料, 分量なのに, 各グループ独自の味や出来上がりでした。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・昆布は煮しめやつくだ煮, 昆布巻きぐらいでしたが, 応用が広がった。 ・牛乳, 乳製品も考えられなかった使い方, 子供たち, お年寄りのも喜ばれるようです。 ・何より安心, 安全で食べられることでしょうか。

No.6

団体名	婦人会
取組事業名	親子で夏野菜を食べよう
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・種から野菜が出来るまで, 子供たちに野菜の特色, 根菜と葉物野菜の色, 形, 大きさ等に興味を持ちながら, 旬の野菜を食べる。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜を多く食べると身体の調子が良いこと。 ・親子で楽しく調理し, 見た目でも食べたいと食欲を誘うように美しく盛りつける。
連携・協働・協力支援者	・保護者 ・栄養士 ・食育コーディネーター ・食生活改善推進員
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜嫌いの子は, 友だちが美味しそうに食べているので, 大勢の中で食べることの楽しさ, 野菜を食べると頭が良くなるよ。元気もりもりと言うと, 嫌いな物でも食べてくれました。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者に「食育」の大切さを理解していただけたそうです。 ・子供たちには, 食に対して成長していく上で必要な食物を, 楽しい雰囲気の中で食べるということの大切さと, 野菜を食べると身体の調子が良くなることについて確認できました。

No.7

団体名	石巻市立萩浜保育所
取組事業名	わくわく おさかなクッキング
取組内容	<p>地元で獲れた旬の魚を使って、みんなで昼食を作る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年長児がお米を研ぐ ・漁協女性部の方々に魚のお話しや魚をさばく様子を見て関心を深める。 ・子供たちも包丁や手で野菜を切ったり、ちぎったりしてクッキングを楽しむ。 ・みんなで会食をする。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・地元で獲れる新鮮な魚に触れ、実際に調理して食べる楽しさを味わうようにする。 ・衛生面やケガに気をつけクッキングを楽しんだ。
連携・協働・協力支援者	・漁協女性部
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・女性部の方の見事な魚さばきを、子供たちが食い入るようにのぞき込む姿が印象的だった。 ・「子供たちの包丁の使い方が、年々上手になってきている」と女性部の方の感想が聞かれた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者のほとんどが、カキ養殖や近海漁業に従事しているので、常に子供たちはいろいろな魚を見ているが、改めて地域の方々と一緒に、昔ながらの調理の仕方や話しを聞き勉強になった。 ・子供たちはみんなと一緒に調理する喜びやみんなと一緒に食べる楽しさを十分味わった。 ・これからもいろいろな機会をつくり、地元の食材を利用し、家庭と共に食の安全と食の大切さを伝え考えて行きたい。

No.8

団体名	石巻市立湊保育所
取組事業名	みんなで楽しくクッキング！
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・保育所中心に食への取り組みを進めてきたが、幼保一体施設なので、幼保連携し食育計画を立案し、幼稚園の友達と一緒に、様々な食の体験ができるよう取り組んでいる。 ・栽培活動を通して、収穫した食材を取り入れ、子供たちが主体的に食に関われるよう年間を通して、クッキングを行っている。 ・6月～9月は収穫した野菜を給食に取り入れている。ヨモギだんご、いちごジャム、いも煮(豚汁)、焼きいも、蒸しパン、クッキー作り、カレー作り等を計画し実践している。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・年間を通して、子供たちの興味や自発性を大切にし、様々な素材にかかわり調理することに関心を持つよう進めている。 ・友だちと一緒に調理し、食べる体験を通して食欲や主体性が育まれることを踏まえ、子供たちが家庭においても、食事づくりに取り込むことができるように工夫している。
連携・協働・協力支援者	・保育所児童 ・幼稚園児 ・保護者 ・祖父母
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・自分達で調理して食べる楽しさ、おいしさは格別のように、ペロリと平らげる姿にびっくりする。 ・クッキングを通して子供たちは、食材の名前がよくわかるようになり、苦手だった物も食べてみようとする姿が見られるようになった。 ・材料の形、手ざわり、臭いなど五感で感じ、食べ物への興味がどんどん膨らむようである。 ・家庭でのクッキングを楽しんだという話も聞かれるようになった。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日の生活と遊びの中で、食に関わる体験を積み重ね、みんなで楽しくおいしく食べることが、できるようになっている。 ・家庭との連携も大切にしながら、友達と保護者と祖父母と、色々な人と関わり、食を楽しんでいけるように思っている。 ・幼稚園の友達との交流も深まり、みんなで楽しくおいしく食べることができるようになってきていることはとても嬉しいことです。

団体名	大崎市鹿島台なかよし保育園
取組事業名	夏野菜カレーを作ろう
取組内容	<p>保育園の畑で子供たちが栽培した夏野菜(ピーマン、トマト、ナス、パプリカ)を使い、地域の援助者の支援をいただきながら、夏野菜カレーを調理し食べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・援助者(園芸教室)に支援をいただきながら、畑で野菜を育てる。 ・自分たちが育てた野菜を使い、援助者(食生活改善推進員)に支援をいただきながら、夏野菜カレーを作る。 ・お世話になった援助者の方や友だちと一緒に試食する。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・事前に、各クラスでパネルシアターやカレーの歌を歌うなど、カレー作りへの意欲を高めた。 ・身支度など、自分で出来ることは進んでするよう声掛けをした。 ・切り方、皮むきをするとき、一斉に行うのではなく順番に行い、みんなのしている姿、様子を見ながら自分の番を楽しみに待てるようにした。 ・小さいクラスも野菜洗いや皮むきをするなど、園全体で取り組んだ。 ・調理している様子を小さいクラスに見学させ、小さいクラスのお友達の分も頑張ってつくらなきゃと、意欲が持てるようにした。 ・事前に家庭でも包丁やピーラーの練習をするよう働きかけた。 ・「畑の先生」として、公民館園芸教室の方に栽培活動への支援をいただいた。 ・「カレー作り名人」として、食生活改善推進員さんに支援をいただいた。 ・カセットコンロを使い、全工程を教室(子供たちの目の前)で行った。
連携・協働・協力支援者	家庭・公民館園芸教室・食生活改善推進員
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちで育てた野菜を収穫し調理することをとても楽しみにしていた。 ・子供たちが、「ワクワク」「ドキドキ」しながら作ったカレーをいただく時、「いつも以上に笑顔になっていた。 ・煮込まれたカレーの中からも「あっ〇〇〇が入っている」など、自分が切った野菜など嬉しそうに見つけ、会話も盛り上がっていた。 ・「皮むき、切る、混ぜる、ルーを入れる、においを感じる・そしてみんなで食べる」という行程を、一人ひとりが体験したことにより、とても良い経験になったと感じる。 ・家庭でも、親子で皮むきや包丁の使い方など一緒に取り組んだことで、子どもも喜んで手伝いができることなど、家庭から嬉しい報告があった。 ・カレーの名人、畑の先生達と一緒に楽しく会食もでき、「おいしい」と言われた時の子供たちの笑顔が良かった。援助者をより身近に感じていたことがわかった。 ・家庭でも「一緒にカレーを作って食べました」など嬉しいお知らせもあった。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちで栽培に取り組んだことで、野菜の種類や育ち方に興味を持ったり、育てる大変さや収穫する喜び、調理してみんなで食べる楽しさを味わっていた。 ・長期的な計画のもとに野菜作りをカレー作りに発展させた活動は、子供たちの意欲をかき立てる活動となった。また、家庭にも取組を学年だより等で、知らせてきたことで、保護者の意識も高まったと感じる。 ・カレー作りに参加し、出来上がったカレーを「おいしい！」と連呼し、ほとんどの子がおかわりをして食べた。食べる意欲につながる事がわかった。 ・園でも家庭でも、自分たちが育てた野菜は、苦手でも食べられるようになったり、いろんな料理に変身することを給食からも発見することができ、食事のおいしさ、楽しさ、元気の源になっているほど知ることにつながった。 ・小さなクラスもカレー作りの話しを聞いたり、野菜洗いのお手伝いをしたり、年齢にあった活動ができ、園全体の活動につながった。 ・カレー作りのために子どもも保護者も一生懸命準備をしたり、練習をした。子どもと一緒に作って食べたという家庭もあり、家庭を巻き込む取り組みとなった。 ・援助者の支援を受けたことで、子供たちの取り組みも意欲的になったと感じる。援助者には子供たちにして欲しい支援を伝え、担当と同じ視点ですすめ、子どもを主体においた活動をする事ができた。地域の方からの援助は保育所が地域の中に存在するという実感があった。

No.10

団体名	大崎市三本木子育て支援総合施設ひまわり園
取組事業名	梅干しづくり
取組内容	ひまわり園で収穫した赤しそと地場産の梅を使って梅干しを漬ける。 <ul style="list-style-type: none"> ・5才児の子供たちが赤しそを栽培収穫する。 ・地場産の梅干しを購入する。(赤しそ苗は保護者からいただく) ・JA婦人部の方に3回コースで梅干しの漬け方を教わる。 ・梅干しと一緒につけた赤しそを使って、ゆかり作りをして食べる。 ・梅干しを給食試食会の時に、親子で試食する。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・地場産の食材を利用する。 ・地域の方に指導をいただき、昔ながらの梅干し作りをする。 ・梅干し作りに使用した、赤しそも無駄にせず、ゆかりにして食べる。 ・梅干しは親子で試食する。
連携・協働・協力支援者	・地場産品納入業者 ・JA女性部 ・保護者(農家)
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・子供たちは、梅の香りをかいだり、赤しそをもむ作業をする中で、興味を持ち意欲的に参加していた。 ・梅干し作りの先生に、赤しそを枝からとる時に「これくらい?」と、葉っぱのとり方を積極的に聞いたりしていた。 ・梅干しを干しながら、「おいしそう」と言いながら、かげで指をなめている子もいた。(本当は衛生的に×ですが)→その様子を見ていた梅干しの先生も「めんこいねえ」といつていた。 ・子供たちは梅干し作りを教えてくれた、JA婦人部の方に感謝の気持ちを込めて、絵を描き最終日にプレゼントした。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・梅干し作りを通して、地域の方とかかわることができ、また、子供たちにとって良い経験となった。 ・昔ながらの梅干し作りを見たり体験することで、五感を通じた経験をすることができた。 ・ゆかり作りでは、自分たちで干したゆかりをビニール袋に入れ砕き、ご飯に混ぜておにぎりをつくる。→「おいしい」という声が多く、この日ご飯の残食はなかった。「今までゆかりを食べられなかったけど食べられた!」という子もいた。 ・梅干しやゆかり作りをしたことで、昔ながらの食べ物に親しみを持つことが出来た。

No.11

団体名	川渡カトリック保育園
取組事業名	・バケツで稲づくり ・ミニ菜園
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・専門家の指導のもと、バケツの土に稲を植え付け成長の過程を見る。今は収穫を心待ちにしている。 ・なす、ピーマン、ミニトマト、かぼちゃ、二十日大根等、たくさんの野菜を育て収穫し、給食の中に使用して食べた。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・給食を提供する側として、野菜が苦手な子でも喜んで食べられるよう、型抜きをして盛りつけたりと工夫した。
連携・協働・協力支援者	・保護者
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちが育てた野菜を、野菜が苦手な子も頑張って食べる様子が見られた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちが育て、関わった野菜をおいしく給食でいただくという過程の中で、子供たちは、たくさんのことを学んだような気がする。 ・残さず食べるという点でも、良かったように思う。

No.12

団体名	丸森町金山保育所
取組事業名	親子で食事バランスを考え「かみかみチェック」を体験しよう！（保育参観）
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・地域組織「じーじばーばの会」の協力により、子供たちと野菜栽培を体験している。 ・育てた野菜は給食クッキングを通して匂を味わう。 ・月1度の「楽しく食べよう会」の様子を壁新聞で展示 ・親子で食事バランスを考え「ちから」「からだ」「ちょうし」の役割や食品についても話し合う。 ・噛むことの効果を意識して「かみかみチェック」を実践する。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・食育通信等で野菜作りの様子を知らせ、子供たちと一緒に野菜の名前を覚えたり「匂」を感じてもらおう。 ・食事バランスを親子で話し合いながら「わたしの元気号」完成させる。 ・噛むことの効果を知らせ、健康への関心を深めながら「かみかみチェック」をしてもらう。
連携・協働・協力支援者	・地域組織「じーじばーばの会」・保護者
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・親子で考えながら「食の仲間わけ」（「ちから」「からだ」「ちょうし」）は、楽しそうに話し合う姿が見られた。 ・また、家庭で今日のおかずは〇〇が足りない」と子どもが言うという声もきかれた。 ・畑の野菜を観察したことで、食べられなかった野菜も、食べられるようになったと言う声もきかれた。 ・親子で「かむかむチェック」を楽しんでやっていた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・食育への取り組みも4年目を迎え「ちびっこ畑」に保護者のみならず、地域の方々にも強い関心を持っていただけるようになった。 ・「元気号」を、各家庭でも利用し、声掛け合うようになった話しも聞かれ、食事のバランスには効果を期待する。 ・また、噛むことを意識することにより、むし菌にならない健康な体になることをもって伝えていきたい。 <p>※「元気号」～管理栄養士 渡辺正雄氏が考案された。 ※「かみかみチェック」～1口に食べた食物がなくなるまで回数を数える。</p>

No.13

団体名	気仙沼市立崎浜保育所
取組事業名	保育所での磯あそび体験
取組内容	・保育所児童とその祖父母、地域のお年寄り、近くの浜で、磯あそび体験（あさり捕り、ワカメ漁、小漁の見学）をする。
留意したこと 工夫したこと	・入所児童の多くの家庭が生活の糧としている磯漁や養殖漁業などを目にし、触れることで、自分の食との深いつながりにも気づかせる。
連携・協働・協力支援者	・児童の祖父母・地域のお年寄り・地区漁業協同組合
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・祖父母と様々な道具を手にし、アサリやカニ、ツブなどを捕って楽しんでた。 ・浜に水あげされた小魚やワカメ等を目にし、給食の材料にも使われていることに気づいた。
コメント	・海に浮かぶ、大島ならではの取り組みであり、地域に生きる保育所として、地域の特色を生かした食材の素材に触れる機会に多く持って行きたいと思う。

No.14

団体名	気仙沼市立階上保育所
取組事業名	”野菜を育てよう”
取組内容	今年度、企業で実施している”緑化運動”に協力を依頼され、保育所からの立案通りの活動を行うことができた。
留意したこと 工夫したこと	・野菜を栽培し、収穫した野菜を給食に取り入れてもらうことにより、みんなで味わって食べる。 ・草取り、害虫とりなども経験し、野菜を育てる大変さ、難しさなども知ることができた。
連携・協働・協力支援者	・企業(出資) ・企業従業員 ・給食担当者
エピソード	・どの位大きくなったかな?と、登降所時に親子で観察する姿が多く見られた。 ・採ってすぐ口に入れようとする幼児に”あとで給食の先生においしくしてもらおうね” ”あとでねーあとでねー”と大事そうにして保育士に渡す。
コメント	・その場で洗ってすぐ食すということがなかなか出来ない現実に、少し残念なような気がする。 ・給食材料に使ってもらうため、食材発注等変更など給食担当者と連携をとりながら行うことができた。 ・多く収穫した日は、袋に何種類か詰め合わせをし、テラスの前に出しておき、ほしい人にいただいってもらう。 ・今後は、父母研修の中に”食育”を取り入れてみたい。

No.15

団体名	大和町保育所
取組事業名	町内お店めぐり(食の流通を知る)&調理見学
取組内容	保育所給食の食材を届けてくれる、町内の商店を見学する。 ・豆腐屋→工場見学(豆腐、油揚げの原料、豆腐の製造過程を知る) ・魚屋→旬の魚(かつお)の解体を見学(命のあるものを食べていることから、食べ物、命の大切さを知る) ・八百屋→お店で売られている物を見せてもらう。(旬の野菜、果物など) ・肉屋→お肉の種類(豚、牛、鶏)があることを教えてもらう。 ・保育所でよく食べている物(ex, レバーなど)を見せてもらう。 翌日、保育所の調理室を見学する。(食材が、誰の手で調理され、給食になるのかを知る。)
留意したこと 工夫したこと	・事前に、町内の商店に見学依頼をし、見学の際、子供たちに教えてもらいたい点、見せて欲しい物など…伝えておく。 ・その日の給食は、見学したいお店の食材を使用した、「メニュー」に設定している。 ・子供たちには、町内を事前に散策し、町内の地図を作成したり、魚や肉の絵カードを用意し、食材への予備知識等を知らせている。 ・翌日、見学した商店の食材がどんな風に調理され給食としてできるのか、実際、見ることでいろんな人の手によって、給食ができることを感じてもらえるように、調理室見学を取り入れました。
連携・協働・協力支援者	・保育所に食材を納品していただいている町内の商店
エピソード	・豆腐を作っている過程を見たり、かつおの解体を見て、頭を切り落とした時に「かわいそう。」という声もでたり…本ではなく、実物(生きた教材)を目にすることで、子供たちへの印象に残り「命の大切さ」なども感じることもできたと思う。
コメント	・この活動は、今年で3年目です。「食のルーツ」を知るという事として、始めましたが、地域(町内)の方との交流や、自分たちが育っていく町の商店(昔ながらの専門店)を知る(町探検)ことなどの意味も含まれるようになりました。 ・取り組んでいくうちに、お店を巡るなら、「赤・黄・緑」の食べものを意識してみても…?とか、魚、肉などの絵カードを作成し、子供たちに事前に見せてみたら…見学した後は、町内のマップ作りにプラスしてみよう!など…保育士(担任)からのアイデアも多く、栄養士、調理員だけでなく、保育所の職員、地域の方々、皆さんの協力のもとで取り組んでいる活動です。

団体名	丸森町立館矢間保育所
取組事業名	夏祭り会
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・試食コーナー・・・保育所の「げんき畑」でとれた夏野菜を使って食改推進員・保護者数名により メニュー:夏野菜のクレープ・梅干し入りトマトゼリー 保育所の給食室より メニュー:夏野菜チーズ焼き ・参加者全員によるクイズ 地区一賢い選手権 食育や地区に関するクイズを、参加者全員がグループに分かれ、知恵を出し合って考える。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・調理に携わる方全員、大腸菌検査を受ける。 ・地域の協力者や地域の皆さんと保育所の親子が、ふれあえるような場面を作る。(地区一賢い選手権)
連携・協働・協力支援者	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者 ・げんまる推進員 ・食改推進員 ・運動推進員 ・保健推進員 ・民生委員 ・主任児童民生委員 ・婦人会 ・ボランティア「のぎく会」 ・生涯学習推進協力員 ・東北福祉大の学生 ・町保健師 ・町栄養士
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・夏野菜を使った彩りや、のど越しの良い試食メニューに、皆さんが”美味しい”と絶賛していた。 ・「地区一賢い選手権」では、参加者全員が10名程度のグループになり、知らない者同士が同じ問題を考え、同時に同じ答えを全員で答えるという条件に、優勝するぞ！という不思議な連帯感が生まれ、大いに盛り上がる事ができた。わかったあ！という時の自信満々の表情と迫力は忘れられない。 ・協力者の皆さんが、一堂に楽しかったと言う話していた。自分たちが店番をすることで、親子でゆっくりと向き合えたり、何気ない会話を通して知り合える喜びがあり、地域交流の役に立てたという満足感で一杯のようだ。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・数年前より、「夏祭り会に保育所の親子が十分にふれあえるように」との地域の方々の嬉しい配慮により、地域の協力支援者が、夜店を担当している。そのお陰で、家族や親子がゆったりと夏祭りを楽しめている。 ・協力者と保護者代表が試食メニューを一緒に調理することで、会話を通して世代間交流を図ることが出来た。

No.17

団体名	丸森町保育所
取組事業名	丸森町保育所祖父母参観&収穫祭
取組内容	<p>保育所の畑で栽培した野菜を使って、豚汁作りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・祖父母と一緒にクッキングをする。 ・地域の方(各団体)に講話、運動、手作りおやつを紹介してもらう。 <p>講話～ジュースに含まれる佐藤の量、夕飯前のおやつについて 運動～手ぬぐいを使ったダンス 手作りおやつを試食～ごはんdeお好み焼き</p>
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜が成長する様子を見たり、大きくなった野菜を自分の手で収穫し、それを調理するという体験をさせることで、苦手な野菜も食べてみようとする気持ちを育てるようにした。 ・クッキングは、4～5才児のみ行い、包丁の使い方は祖父母が一对一で教えてもらえるよう配慮した。
連携・協働・協力支援者	<ul style="list-style-type: none"> ・祖父母 ・保護者 ・健康日本21推進員 ・食改推進員 ・運動推進員 ・畑の先生 ・栄養士 ・保健師
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちが育てた野菜を自分で調理し、食べるということは、嬉しく楽しいことだったようで、おかわりをして食べる子がたくさんいた。 ・食改の方々が作ってくれた「ごはんdeお好み焼き」は、野菜がたっぷり入っていたが、おいしいと好評で、家でも早速作って食べさせたという声が聞かれた。 ・体に良いと思っていたスポーツドリンクに含まれる砂糖の量の多さに驚いたと言っている祖母が多かった。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・祖父母にも「食育」の大切さを理解していただけたように思う。 ・地域の方の協力は、年間を通して活動計画をたてているため、各団体が出来ることを保育所の活動の中に取り入れて、協働で取り組むことが定着している。

No.18

団体名	西多賀チェリー保育園
取組事業名	祖父母と一緒にお月見団子づくり(世代間交流)
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ススキ、お供え物を飾り、絵本を通してお月見の由来を知る。 ・祖父母と一緒にわらべうた遊びを楽しみ、交流を深める。 ・祖父母と一緒に材料(上新粉、白玉粉)をこねたり、まるめて団子作りをする。 ・すり鉢を使ってのごますりを体験する。 ・みんなで会食
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・生地をこねる際の水加減、まるめ方などを祖父母から教えてもらい、鍋に入れる際には、熱湯がはねないように静かに入れることを教えてもらう。 ・コンロ、熱湯の使用について、危険ないように十分に注意をする。
連携・協働・協力支援者	<ul style="list-style-type: none"> ・祖父母 ・担任職員 ・園長 ・主任
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・水の加減などを子供たちに教えながら、生地をこねたりまるめたり、時には見てられなく、手を出しすぎたりしてしまったこともあった。 ・また、折角まるめたのに、お湯が沸騰するまでの間に、みんなくっついてしまったり、ハプニング続出であったが、祖父母と一緒にということで、みんな楽しんで団子作りをしていた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・祖父母とのクッキングは、伝統的な食文化を伝えることができるため、子供たちにとっては、大切な体験となっています。 ・また、野菜の栽培、それを使っての料理にも取り組んでいますが、「野菜」の成長に興味を持ち、身近に感じて、よろこんで味わうこともできるようになってきています。

No.19

団体名	仙台市桜ヶ丘保育所
取組事業名	(絵本を通しての食育活動)野菜にふれる
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・絵本「そら豆くんのベッド」読みきかせ ・近くのスーパーにそら豆を買いに行く ・そら豆の皮むきをする ・むいたサヤを使って「そら豆のベッド作り」をする。 ・そら豆を食べる。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・実際に買い物に行き、他の野菜の中からそら豆を選ぶ。そら豆がどれか知る。 ・絵本を使うことで、より身近に興味関心を引き出す。
連携・協働・協力支援者	・保育所で納品してもらっている近くのスーパー
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・スーパーでどれがそら豆か迷っていた。とのこと。実際に見ることの大切さを感じた。 ・喜んで買いものから帰ってきて、その後の活動も積極的に取り組んでいた。 ・毎日納品に来るスーパーの方に、子供たちから声をかけたり、関わりが広がった。 ・子供たちの中に、「自分たちで買ってきたもの」という意識が大きかった。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・スーパーの方に協力してもらえたことで、食育活動を広げることができた。 ・その後、業者さんと子どもの関わりが広がり、人を通しての食育があった。 ・むいたサヤを使ってのベッドを展示しておくことで、活動を保護者に伝えることが出来て、一つの食材で色々なことができた。

No.20

団体名	多賀城市あかね保育所
取組事業名	一緒にお花や野菜を植えましょう会(地域活動事業)
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の5つの老人クラブと連携し、園庭の畑で野菜の苗及び種を植える。 ・野菜の生長を五感を使って感じ取り、水を与える作業により、野菜に興味を持つ。 ・収穫の楽しみと給食食材として食べる。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜の栽培は、日々の手入れが大切ということを体験させ、子供たちが何気なく食べている。 ・野菜もいろいろな人の労力があるということを知ってもらう。
連携・協働・協力支援者	・地域5つの老人クラブ会員 ・JA
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・核家族の多い家庭の子どもと高齢者だけの家族の人たちとの交流が、この事業を通じてでき、又、野菜の苗を老人クラブ会員と子どもとがペアになり植えることで、会話をしながらお互いが野菜の生長を楽しみにする気持ちが持てた。 ・老人クラブ会員の方は成長を見に来所する姿も見られた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・子供たちに「食育」の大切さを言葉だけで指導するのではなく、野菜作りの体験をさせる事により、野菜の生長と育てる事の大切さを知り、それを食することの喜びを知ってもらう。 ・また、地域の人との交流も出来て良かったと思う。

No.21

団体名	栗原市立玉沢小学校
取組事業名	親子で米粉クッキング(学年PTA行事)
取組内容	地元でとれた米粉を使って、親子で調理活動をする。 <ul style="list-style-type: none"> ・黒糖入り蒸しパン ・チーズ入り焼きもち(チーズが食べれない子は、ただの焼きもち) ・みんなで試食
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・短時間で手軽に、しかも、子供たちにも食べやすいものを作ること。 ・地元の食材で、親子で楽しく調理活動が出来るようにすること。 ・難しい工程は保護者が担当し、なるべく子供たちにも調理に取り組ませること。
連携・協働・協力支援者	JA女性部 ・保護者
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・簡単に作ることができ、しかも美味しく、大変好評だった。 ・チーズ嫌いの子供も、チーズ入りの焼きもちを食べ、チーズが食べられるようになった。 ・身近な材料で手軽にできるので、「家でも米粉を買って作ってみたい」という感想が多かった。 ・また、親子で一緒に活動ということで、楽しく取り組めたようだ。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・地元の食材を活用して、手軽に調理活動に取り組むことで、保護者に「食育」の大切さを理解していただけたようだ。 ・子供たちに、親子で触れ合いながら「食」に関わる機会を設定し、楽しんで自分たちで作り、楽しい雰囲気の中で食べるということが効果的であることが確認できた。

No.22

団体名	宮城県PTA連合会
取組事業名	食習慣に関するアンケート調査について
取組内容	H17:食とは?と題して県内会員へ提起 H18:食習慣の実態調査実施 H19:「はやね、はやおき、朝ごはん運動」啓蒙ポスターコンクール実施 H20:継続活動による食習慣の変化について H21:日本PTA全国研究大会にて実践発表
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・家族の食習慣の実態をまとめ、県内会員に報告、周知することで家族内での食育に対する理解と自発的教育活動を啓蒙した。
連携・協働・協力支援者	県内PTA会員
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・平成19年に、県P研究大会でも「はやね、はやおき、あさごはん運動」テーマに、様々な情報発信をしたが、非常に熱心に聴講していた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・学校での取り組みは素晴らしいが、家庭での教育が今ひとつ。 ・単発な活動にならぬよう、各家庭で取り組む意識付け、家庭教育の重要性を強く訴えていきたい。

No.23

団体名	登米市PTA連合会
取組事業名	お弁当の日を設定し、子供による弁当づくり
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・給食のない、お弁当持参の日を利用し、子供たち自身でお弁当を作り、学校でみんなで食べる。 ・子供と親でお弁当の中身について、話し合うことにより、親子のコミュニケーションの時間を作り、食材の調理方法について学ぶ。 ・子供たちが食材を調理する順番、おかずの彩り、配置の仕方を考える事により創造性を高める。 ・作ったお弁当をみんなで食べることにより、食材への関心を高める。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・小学校の場合・・・低学年、中学年、高学年で取組の内容を分け、低学年は弁当箱に詰めるまで、中学年は親の協力をもらい、調理に挑戦、高学年は調理から詰めるまで一連の作業全てを行った。 ・中学校の場合・・・一連の作業全てを行った。 <p>ただし、全校での一斉は難しいため、学年等を予め設定し一部で取り組んだ。</p>
連携・協働・協力支援者	・父兄 ・学校 ・食育コーディネーター
エピソード	—
コメント	・自分が一生懸命作ったお弁当なので、残すという気持ちが無くなり、食材に対する感謝の気持ちが生まれる。

No.24

団体名	小牛田幼稚園いちごの会 (PTA)
取組事業名	・お月見だんごをつくろう！
取組内容	<p>野菜入りだんごでフルーツポンチを作る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・園庭で野菜を育てる ・野菜ペースト(ほうれん草・かぼちゃ・人参)入りだんご粉3色を、それぞれ園児に丸めてもらう ・いちごの会で作った「鶏肉のケチャップ煮」を園児が自分のお弁当箱に詰める ・食材提供者、老人の会の方々も招待しみんなで試食
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・年少から年長まで全員が出来ることを、お手伝い内容として決めた。 ・残さず食べてもらうため、苦手な野菜はペースト状にし、更にフルーツポンチに入れて食べやすくした。
連携・協働・協力支援者	・父兄(農家) ・さるびあ館 ・食育サポーター
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・園児達は皆、粘土遊びのように楽しそうにだんごをこねていた。 ・「ほうれん草は嫌い・・・」と言っていた子も、おかわりするほどおいしそうに食べていた。そして、「嫌いなほうれん草のおだんごも食べれたよ！」と嬉しそうに話してくれた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・子供たちにとって、収穫→調理→食べる(苦手な物)という一連のつながり、楽しさを経験させることが出来た。 ・いちごの会にとっても、栄養士経験のあるメンバーがいるため、素人にとってはむずかしい分量計算、メニュー構成など考える上で教えられることが多かった。 ・「食育」は職員だけでなく、家庭との連携も大切であることが確認できた。

No.25

団体名	宮城県農業協同組合中央会
取組事業名	・第5回おにぎりフォーラム2008
取組内容	・ゲストトークショー:2008は楽天イーグルス岩隈投手 ・料理教室 実演・実食:2008は江川和歌さん ・抽選会
留意したこと 工夫したこと	・米の消費拡大 ・創作おにぎり ・県産食材を使用した料理
連携・協働・協力支援者	・みやぎ生協 ・漁業協働組合 ・森林組合 ・日専連
エピソード	・アンケートでは上々の評判でした。また、参加者特に子供全員が参加できる企画を望む意見がありました。
コメント	・お米の消費拡大, 創作おにぎり, 県産食材を使用した料理。 ・恒例の取り組みとし, 食材を更にアピールしていきたい。 ・協力団体との連携を一層深め, 団体の特徴を生かした県産県消の推進を図りたい。

No.26

団体名	いしのまき農業協同組合
取組事業名	わんぱく探検あぐりスクール
取組内容	・大根やほうれん草を植えた ・米粉を使って料理教室(ピザ)
留意したこと 工夫したこと	・昨年までは, 全家族がまとまってひとつの囲いの中で野菜を植えたり, 管理をしていましたが, 今年から, 一家族にひとつの囲いをもうけて, それぞれに管理をまかせました。
連携・協働・協力支援者	・JAいしのまき ・JAいしのまき青年部矢本地区 ・JAいしのまき女性部矢本地区 ・東松島市教育委員会
エピソード	・野菜が育ち店頭に並ぶまでの課程を全く知らない子供たちがいて, 「どうして葉に虫がつくのか」と質問をしてきた。 ・子供に対して消毒のことや, 草取りの必要性など教えたそうです。一般的に虫には驚くようですが「土いじり」は子供も親も楽しんでいるようです。
コメント	・一家庭に一つの囲いをもたせたことにより, 土や植えたものに触れる機会が増え, 自分が育てるといふ気持ちが強くなったように思えます。私たちがその気持ちを大切にアドバイス等支えていきたいと思えます。

No.27

団体名	加美よつば農業協同組合
取組事業名	グリーンツーリズム 田んぼ体験教室
取組内容	・春と秋に仙台市八幡小学校と向陽台小学校の生徒を、地元加美町に招いて、田植え、さつまいも植え付け、秋には稲刈り、収穫と地域の農家に指導していただき、年間を通じて活動。
留意したこと 工夫したこと	・生徒と農家がふれあうことにより、農作業体験はもとより、農村風景や農村生活を直ちに見てもらい、感じてもらう事が大切と考えて活動しています。
連携・協働・協力支援者	・地域農家 ・役場 等
エピソード	・初めての体験で、農業の楽しさ、苦労がわかった。 ・田んぼに裸足で入る完食が、最初は気持ち悪かったが、終わる頃には楽しさがわいて来た。
コメント	・児童に農村の実情や楽しさ苦労を、少しでも理解してもらえたと思います。

No.28

団体名	大学生協東北事業連合
取組事業名	どうなる、どうする日本の食シンポジウム ひろがれ「弁当の日」In東北
取組内容	・食に関するブースの展示 ・4人の講師からのお話 クロストーク(会場の方も交えて) ・プレゼント抽選会
留意したこと 工夫したこと	・会場を分かりやすい場所にした。 ・食育関連のプレゼントを出した。 ・託児
連携・協働・協力支援者	・宮城県生協連 ・みやぎ生協 ・河北新報 ・共同通信社 ・全中 ・九州弁当の日応援団
エピソード	・共感された、大崎市の中学校PTAの方の支援で、大崎市内の中学校1校で「弁当の日」が始まった。
コメント	・講師陣が宮城では知名度が低いため、参加者が集まるかどうか不安だったが、定員500人のところ、450人もの方々に参加いただけて良かった。 ・皆さん感動しておられたので、やってよかったです。

No.29

団体名	塩竈市団地水産加工業協同組合
取組事業名	月見が丘小学校6学年PTA行事「食育王ゲットだぜ！」
取組内容	宮城県の食材として、野菜と魚(主にマグロ)について学ぶ <ul style="list-style-type: none"> ・野菜と魚の実物を展示する。(マグロは解体) ・産地、栄養についてのパネル、大漁旗等を展示する。 ・クイズ ・青果市場、魚市場の方々のお話 ・サラダ、野菜入りマグロ汁を親子で食べる
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・食材についての知識を楽しく学ぶこと。 ・宮城県、塩釜の地域の食材に恵まれているということ、実物に触れることで、理解してもらうこと。 ・地域の人々にも、子供たちを支えていると知ってもらうこと。
連携・協働・協力支援者	・父兄 ・青果市場 ・魚市場 ・塩竈市 ・月見小の(先生方、栄養士) ・塩竈市団地組合
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・トマトの実が苗1本から、沢山実を付けたものの実物が展示されていて、驚いたようだ。 ・マグロやサメ等何匹もの大きな魚を目の前で見せてさわり、又、解体の手伝いをする等、初めての経験に目を輝かせていた。 ・〇×クイズとその賞品等に大いに盛り上がった。 ・皆で食べたものはどれもおいしく、おかわりの続出だった。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・本物を見て貰う、経験をして貰うことの大切さを改めて感じた。 ・「食べる」ということに関して、楽しいこと、大切なことだという事を理解して貰った。 ・普段触れあうことのない子供たちの笑顔、歓声、感謝の言葉に触れて、大変うれしく思った。継続して実施したい。

No.30

団体名	女川町食生活改善推進委員会
取組事業名	親子料理教室
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理についてのお話し ・野菜を使った料理 ・プランターで育てた野菜の収穫 ・ズンダ餅 ・ナスとピーマンのトマト煮
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・子供たちが植えた、ピーマン、ミニトマト、ナスの苗の成長の様子、そして実った野菜を自分たちで収穫して調理するという過程を体験していただくこと。 ・無農薬で育てることの大切さ、作物は天候によって左右されること。
連携・協働・協力支援者	・JA石巻 ・生涯教育センター ・プラネットの会
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・「ズンダ餅」の手作りが初めての親の方もおり、家庭では、出来ている「ズンダ」を買ってきて作っているとこのと。 ・「手間がかかりますね」と話している親もいましたが、子供たちは、すり鉢に付いた「ズンダ」をすり鉢の「すじ」を一本一本指でなぞって口に持っていった様子が見受けられました。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・親子で手作りする事で、子供と親のコミュニケーションもとれ、手作り料理の方がおいしいことに気づいて貰えた様に感じました。 ・子供たちの「おいしいね」と言う、笑顔と言葉に、これからも機会があれば関わって行こうと思いました。

No.31

団体名	川崎町食生活改善推進委員会
取組事業名	歯の衛生週間川崎大会(歯にいいおやつを試食)
取組内容	町より歯にいいおやつを試食を依頼された ・食生活改善推進員が何を作るかか相談し、そば粉入りカルシュームおやきをつくることにしました。 ・皆で材料を持ち寄り調理しましたが、三回目によりやくおやきの味が出てきました。
留意したこと 工夫したこと	・「カルシュームいっぱいのおやき」で、小女子、干えび、スキムミルクを入れましたが、小女子の匂いが強かったので、カリカリに煎り、ねぎを入れたら、うまくなりました。 ・そば粉入りの水加減がむずかしかった。
連携・協働・協力支援者	・歯科医師会 ・川崎町 ・仙南薬剤師会
エピソード	・大勢の方に参加していただき、「子供も大人も食べられていいですね」との一言、喜ばれました。 ・そばアレルギーの方もいて、説明不足の所もありました。
コメント	・歯の健康を守る食生活で、元気で楽しく暮らすには、バランスの良い食事や運動が大切。食べたら歯をしっかりと磨き、規則正しい生活をしましょうとレシピと一緒に試食もし大変好評でした。 ・今後も町の行事(メタボ改善の調理実習等)に協力していこうと思っています。

No.32

団体名	栗原市食生活改善推進員連絡協議会
取組事業名	おやこ食育教室
取組内容	・おやこで調理実習 ・おやこで合唱及び健康体操 ・バランスのよい食事についての講話
留意したこと 工夫したこと	・お膳の形を使って、食事の大切さを説明した。 ・合唱の歌詞を賛歌風にして、野菜摂取の大切さ「主菜」、「副菜」、「具沢山みそ汁」をそろえ、心と体にいい食事を知ってもらう工夫をした。
連携・協働・協力支援者	・小学校 ・子供会 ・保護者 ・運動サポーター
エピソード	・子供たちの中で、初めて包丁を持った子供がいてドキドキした。 ・4種類の献立を体験して楽しかった ・また参加したい ・バランスよく食べることが健康な体を作ることを知った。
コメント	・歌って、体を動かして調理実習をして有意義であった。 ・最初から最後まで和やかな雰囲気の中で実施できて、ケガもなく親子ともに楽しそうにしていた。 ・「食」大切さを伝えることが出来たように思うし、皆残さず完食したことが「好き嫌い」を無くす意味でも、今後の励みになればと感じた。

No.33

団体名	柴田町食生活改善推進員連絡協議会
取組事業名	おやこ食育料理教室・放課後児童クラブ
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・はやね, はやおき, あさごはんの推奨, 食生活リズムに関すること。 ・五感を使った食育, 豊かな心を育む食育 ・地場産野菜を使った料理 ・親子で楽しい食体験教室 ・みんなで試食
留意したこと 工夫したこと	<p>食育で身につける5つの力</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食べものを選ぶ力, ・食べものの味がわかる力 ・料理が出来る力, ・食べものの命を感じる力 ・元気なからだがわかる力, ・火や包丁を使う時の注意
連携・協働・協力支援者	・父母 ・児童館職員 ・食改推進員
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちが協力しないといけないと気づき, 仲良く仕事を進めていた。 ・作業を一通り体験したいので, 列を作って楽しんでた。 ・出来上がったものは残さず食べていた。 ・家での協力などを話してくれて(家では役割を自分から進んで受け持っている様子)感心させられた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・父母へ、「食育」の大切さを伝えて理解していただけたようだった。 ・はやね, はやおき, あさごはんについて ・町で取り組んでいるゴミ減量作戦について

No.34

団体名	大和町食生活改善推進員会
取組事業名	酪農家見学会「牛乳ができるまで」
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・町内の子供たちを中心に酪農家の見学 ・酪農家の仕事の内容, 牛乳が生産されるまでの状況を見学 ・牛乳についての栄養士による講話 ・牛乳を使ったデザート作り
留意したこと 工夫したこと	・あまり時間がないので, デザート作りは簡単に出来るものを選びました。
連携・協働・協力支援者	・酪農家 ・産業振興課 ・給食センター栄養士
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・哺乳体験を全員がしました。 ・牛乳が嫌いな子供でも, それに何かをまぜる事により, 牛乳の味, においがせず, 食べる事が出来るおやつ作りをしました。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・酪農家の見学により, 命の大切さ, 食べ物大切さを学ぶことが出来ました。 ・毎日, 学校給食に出る牛乳の大切さについて栄養士の方の話してわかってもらうことが出来ました。

No.35

団体名	松島町食生活改善推進委員会
取組事業名	留守家庭学童保育
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜の姿、形をみる ・季節の野菜の見分け方を知る ・生で食べられるもの、火を通して食べるものの違いをみる ・切り方で、煮える時間の違いをみる
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・作業に参加できるように、目配りをする。 ・調味量の正確な計り方を身につけさせる。 ・手順の手助けをする。
連携・協働・協力支援者	・学校関係 ・公民館
エピソード	<p>親側</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メニューの説明の時、イスに座らせればよかった。 ・実習は、マンツーマンで解りやすく教えることができた。 <p>子供側</p> <ul style="list-style-type: none"> ・野菜のいろいろな切り方を教えてもらい良かった。 ・カレーの材料で、みそ汁や、シチューも出来ることがわかった。 ・今日教えてもらったことを思い出して、家でも手伝いをしたい。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・食育の意味について知って貰うよう、子供たちを通してお話しをした。 ・話しや調理実習を通して、食育を身近に体験することができ、理解に役立ったと思う。

No.36

団体名	村田町保健推進委員会
取組事業名	野菜とカルシウムを一杯食べよう
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・どのようにしたら野菜とカルシウムを簡単にとれ、大事かをはなした。 ・部活動をするにあたって、特に栄養と食事には気をつけるよう話した。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちで野菜を洗い、調理する楽しさを感じてもらい、作ったものを盛り付け、皆で味わうこと。 ・また、お料理は作って食べるだけでなく、片付けまでが一連であることを教えた。
連携・協働・協力支援者	村田町立第一中学校
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ご飯を作ったが特に嫌がらなかった。 ・皆で協力して作った事に大部分の生徒が喜びを感じていた。 ・おいしいと料理をしてよかったという声が多かった。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・料理と洗い物をしている姿を見ていると、家でお手伝いをしている子どもはテキパキとする。 ・自分たちで作って皆で食べる楽しさを味わったようだ。 ・残ったご飯を女の子達がおむすびを作り、中には自分たちで漬けた梅干し(学校の梅の木)を入れ、男子生徒に渡している姿は、とても微笑ましかった。

団体名	本吉町食生活改善推進員連絡協議会
取組事業名	健康とふれあいのまちづくりフォーラム「みんなで広げよう食育の輪」
取組内容	<p>活動発表</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バランスのとれた食事について(食事バランスガイド使用) ・一日に必要な野菜の摂取量を知る(実物計量) ・広報誌掲載の「食改だより」, レシピ集配布と説明 ・郷土の伝統食の展示, 体験学習及び試食 ・正月料理の展示 特に七草がゆ ・まゆ玉づくり 親子で体験・かほうだんごの試食
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜は, 緑, 黄, 白の三食を組み合わせ, 計量350gの一日必要量を具体的に理解させた。 ・七草がゆを作るとの意義。「七草」って何なのかを理解してもらった。 ・春の七草を植木鉢で育て, 実物を見せた。 ・まゆ玉は, 紅白のもちで作り, 家庭に持ち帰ってもらった。
連携・協働・協力支援者	・小学校PTA ・子供育成会 ・幼稚園保育所 ・食育コーディネーター
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜ってこんなに食べなくてはならないのと驚き, また充分理解してもらった。 ・家族に糖尿病患者がいる方は, 日ごろ食品を計量することに慣れているので, 350gピタリと計量できた。 ・春の七草の実物は, 大変興味を持って見てもらえた。目で見て触れて観察する具体性が大切と感じた。 ・まゆ玉作りは, 親の方が一生懸命に作っていた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・一人ひとりが主体的に自分の健康づくりに取り組む姿勢が見学者, 体験者との会話から伝わってきた。 ・標記についての食改担当部門は, 企画から実施まで全て会員のアイデアで取り組んだ。町の健康づくりのリーダーとして役割の一端を担う実感ができて良かった。 ・昔の人の生活の知恵と工夫を学び更に発展させることが大切。

No.38

団体名	塩竈市食生活改善推進委員会
取組事業名	よい食生活をするためのグループ講習会
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・食事のリズム・バランスを大切に(早寝・早起き・朝ごはん) ・何でも食べる元気な子 ・家族揃って食べる食事の楽しさ(食育の日) ・作ってみよう手作りのおやつ ・試食・意見交換
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・弁当の量 3:1:2 バランスの紹介 ・電子レンジを使って簡単調理 ・いつも少しだけ残ってしまうひじきの煮物を、別の料理に変身させ使い切る。 ・野菜で作るデザート作り
連携・協働・協力支援者	・幼稚園保護者会 ・幼稚園 ・健康福祉部健康課
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・ひじきの煮物をご飯に混ぜて「ひじきご飯」。卵に入れて「厚焼きたまご」豆腐と和えて「白和え風」 「茹で野菜と和える」「大根おろしと和える」の展開で、一つの煮物を最後まで使い切る事の大切さを紹介し、アイデアの豊かさに感心されました。 ・小松菜がヨーグルトムースになるなんて「目からうろこです」と喜ばれました。(野菜もデザート)
コメント	・20から30代の若いお母さん方に、食育の大切さ、調理工夫を助言していくことで、将来、子供の食育に繋がっていくと思っています。

No.39

団体名	七ヶ浜食生活改善推進員連絡協議会
取組事業名	おやこ食育教室
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・食育で身につく5つの力について学ぶ 媒体を使用した説明、食べもの当てクイズ(目隠して食べものの味で判断する) ・調理実習 旬の食材(地場産品を多く取り入れた)を使用し、親子で調理について学ぶ
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・食育の大切さについて、保護者はもちろん子供たちにも、わかりやすく伝えられるようにした。 ・話を聞くだけでなく、野菜当てクイズのような体験ができるような取り組みを考えた。
連携・協働・協力支援者	・子供育成会 ・野菜クラブ・漁協等生産者 ・食育ボランティア
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・目隠しての食べもの当てクイズは、ゆでただけの野菜や果物を用いたもので、改めてそのものの味を感じることができ、子供も保護者も楽しく取り組めたと好評だった。 ・調理実習では、自分たちがつくった料理ということで、家庭では食べない苦手なもの「おいしいね」といって食べている子供がおおく見受けられた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者に「食育」は子供の頃からの家庭での体験が大切であるということが理解していただけたと思う。 ・子供たちには、料理は難しいことではないことや楽しいことであることが意識づけられたと思う。また、苦手なものでも料理の工夫や食卓の楽しい雰囲気美味しく食べられるという体験を提供できたと思われる。

No.40

団体名	名取市食生活改善推進員連絡協議会
取組事業名	生活目標「夕食後の菓子類・果物は控えましょう」のチラシの作成・配布
取組内容	・個別又は集団(各公民館まつり, 名取市民のつどい)チラシの内容を説明しながら配布した。
留意したこと 工夫したこと	・配布の際に, 夕食後に菓子類, 果物を食べているかを聞き, 3ヶ月後の状況を確認した。
連携・協働・協力支援者	—
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・チラシの評判は, 良い, とても良いで63.4%と好評。 ・夕食後は食べないのが当然となった。 ・高かった中性脂肪が減った。 ・ズボンがゆるくなりベルトが必要 ・家族の食事時間が違うので食べてしまう。 ・来客が多く食べてしまう。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・配布したとき「夕食後毎日食べている」340人, 3ヶ月後の状況で175人と約半分の方が控えるようになっていました。 ・夜退屈なので食べるとか, 有るとつい食べてしまうとか, 無意識に食べている方は, 意識することで止められたのだと思います。 ・説明, 対話しながら配布することで, より良い効果が出たのだと思います。

No.41

団体名	キャベツクラブ
取組事業名	・食文化指導 ・環境指導
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・箸の持ち方, 嫌い箸の指導 小学校の授業時間をいただき, 紙芝居風ボードを見せながら児童に説明。その後給食を食べている周りから指導を行う。 ・環境指導 食料自給率と環境についての講義を行う。 学校の花壇や農園に給食センターで出た生成堆肥を利用した指導を行う。
留意したこと 工夫したこと	・家庭における食習慣の衰弱化に対して, 学校給食の充実をはかりながら, いかに「食事」の大切さを教える機会を位置づけて実践するか模索してきたこと。
連携・協働・協力支援者	・各小学校 ・教育委員会
エピソード	・学校の先生方は, 箸の指導をすることで, 鉛筆の持ち方もきちんと持てるようになるし, とても助かっているの, 今後も継続して行っていただきたいとの感想をいただいている。
コメント	・小学校の児童を対象に箸の持ち方, 扱い方などの「食文化」を体験させることにより, 家族みんなで食事をする意味や心を育てるはたらきへの理解が浸透してきた。

No.42

団体名	多賀城市老人クラブ連合会女性部リーダー
取組事業名	ヘルスサポーター養成
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・良い食習慣を身につけよう ・バランスのとれた食生活と調理実習 ・健康日本21及び生活習慣病についての講義 ・運動
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭の中で主に食事作りは誰だろうか？孫育て中の元気なおばあちゃんたちである。それをねらった。
連携・協働・協力支援者	市老人クラブ女性部 ・食改員 ・体育コーディネーター
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・元気ハツラツ 一生懸命な様子に感動した ・知らないことが多かった。また、何度でも声をかけてほしいと多くの声をいただいた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活に対する参加者の改善点とこれからの目標をまとめていただいたが大好評で成功だったと思う。

No.43

団体名	みやぎ食を伝える会
取組事業名	みやぎの食を伝える
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・伝えたいみやぎの郷土食「ごっつおうさん」の出版(11,000部) ・伝承活動の担い手の育成 ・食育活動の推進(味わうつどいファーラム講座など) ・県、市町村、JA、他団体からの要請への対応 ・みやぎの郷土食の収集記録保存活動
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・食のあるべき基本を意識付けるよう働きかける。 ・みやぎは食材王国、四季を通じて安全安心の食材に恵まれていること。 ・郷土食の価値を伝える。 ・男女を対象とする。
連携・協働・協力支援者	県の食育関係各課 ・市町村の関係各課
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・食関係の各講座等であるが、男性の参加者が増えている。 ・小学生を対象にした郷土食の指導をした時の声 「お母さんは作って食べさせてくれない。きっと作り方がわからない。お母さんに私が教えてあげる」
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・県・市町村各団体等からの期待をかけていただき光栄です。 ・一朝一夕で効果は上がらないので、活動の担い手育成にも力を入れる。

No.44

団体名	仙台農村生活研究懇談会
取組事業名	親子料理教室
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・懇談会会員が講師となり、同じ参加者で2回開催 ・1回目は、枝豆の定植作業体験をしたあと、市内産農産物を使った料理実習を行った(はっと汁, おにぎり, 漬物) ・2回目は、前回定植した枝豆の収穫作業体験をした後、枝豆を使った調理実習を行った(ずんだ餅, おくずかけ, 漬物)
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の女性農業者との関わりの中で、地元で作られる農産物や地域農業への関心を高めてもらうことや、参加者が枝豆を定植から収穫まで手をかけ、その枝豆を使って調理を行うことによって、野菜を身近に感じてもらい、また、作物を育て収穫する喜びを得られるよう工夫した。
連携・協働・協力支援者	・仙台市 ・みやぎ食育コーディネーター
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・枝豆の植え付けや収穫作業そして調理実習、全て経験できないことを体験し、子供たちが喜んでいたので良かった。また、調理実習のメニューも日頃中々食べれないものが多かったので楽しく実習が出来たという感想をいただいた。 ・第2回開催時、計画当初予定していなかった食育寸劇(しっかり食べよう朝ごはん)を懇談会会員により参加者にご披露。歌有り躍りありの寸劇で、参加者も一体となり会場を盛り上げた。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・参加者に大変喜んでいただきうれしかった。今後も機会をつくり、懇談会会員が持っている蓄積された伝統的技術や応用力をフルに活用し、消費者の方々に情報を発信していきたい。

No.45

団体名	登米市歯科医師会
取組事業名	学校歯科保健研修会
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・講演 長くプロ野球で指導者として活躍した方の、プロ野球選手の食事や体調管理に関する努力・苦勞など
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・本来の食育の意味とは、少し隔たりがあるが興味深い内容となるよう工夫した。
連携・協働・協力支援者	・養護教諭 ・保健師 ・歯科衛生士 ・教諭
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・興味深く聴いている方が多かったように思います。 ・いい企画と言ってくれる人がありました。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・本来の食育からは少し隔たりがあるものの、食の重要性を知るには良い取り組みではなかったかと考えてます。

No.46

団体名	登米市歯科ボランティア
取組事業名	幼稚園における親子歯磨き教室
取組内容	保育参観後「親子歯磨き教室」開催 始めに「よい生活習慣」「悪い生活習慣」を栄養士、歯科衛生士が二人で紙芝居を演じ、自分たちの生活の振り返りができ、よい生活習慣の形成が出来るよう話しを組み立てた。
留意したこと 工夫したこと	・栄養士、歯科衛生士が、むし歯予防のためには、親も子ども歯に関心を持ち、正しい食習慣や歯磨き習慣など「生活習慣」を整えていくことが重要であること、特に食と歯の関連についての学びができるように工夫した。 ・参加したボランティアは、食と歯の関連について理解を深め、登米市歯科保健事業基本方向「市民一人ひとりが自分の口腔が心地よいと感じる環境になることを目指す」登米市食育推進計画「視点2」を理解する機会とする。
連携・協働・協力支援者	・幼稚園職員 ・栄養士 ・歯科衛生士 ・登米市歯科ボランティア「とめ・歯つらつ隊」
エピソード	・参加者は、「健康な歯・口腔が食べ物を良く噛み、味わうために大切であることがわかった。」「健康な体づくりのために十分な栄養を取り込むことが大切」「歯磨きで親子のふれあいが出来とても楽しかった。特に子供に歯磨きをしてもらうのは初めてだったので嬉しかった。」等の感想が聞かれた。 ・また、歯科ボランティアがいることを初めて知った。どんどん活動を広げてほしいという期待をいただいた。 ・歯科ボランティアは「子供たちから大いにパワーをもらい、もっと活動の輪を広げたい」と感想を述べていた。
コメント	・食と歯の関連についての理解が深められたことが事後のアンケートから見えた。

No.47

団体名	東北農政局消費安全地域第二課
取組事業名	・(出張講座)「食」の安全・安心に関する情報提供
取組内容	・パワーポイント、関連資料を用い、「食」の安全・安心の概念、食料自給率、鳥インフルエンザ、食育等、「食」全般の情報提供。
留意したこと 工夫したこと	・講話の際、話が単調にならないよう、「食」に関する〇×形式のクイズを行うなどの配慮をした。 ・今後の取り組みに活かすため、主催者、参加者から簡単なアンケートの協力をいただいた。
連携・協働・協力支援者	・美里町 ・美里町食生活改善推進員
エピソード	・「食」全般、食育活動を見直す良い機会だったとの感想があり、概ね良好と考える。
コメント	・主催者から依頼を受けて、お話しをしたり、資料を提供する立場であるが、参加者が「食」を改めて考え、自分たちの「食育活動」を強化するきっかけになったようだ。

団体名	大崎食育コーディネーターの会
取組事業名	ずんだだんごづくり
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・枝豆とかぼちゃを種まきから収穫まで自分たちで育てる。 ・枝豆で郷土料理のずんだづくりに挑戦。かぼちゃでだんごをつくる。すり鉢とすりこぎ棒で昔ながらの作り方で作る。 ・枝豆とかぼちゃの栄養について理解する。 ・苦手な野菜を少しでも克服してほしい。 ・祖父母の方に一緒に教えてもらいながら作る。 ・みんなで試食。
留意したこと 工夫したこと	<ul style="list-style-type: none"> ・栽培、収穫、下準備など、子供たちにしてもらおう。 ・そのことで、食材(枝豆)が料理(ずんだ)になることなどを知ってもらおう。 ・すり鉢を囲み、祖父母と一緒に調理することで、交流も出来るし、おばあちゃんたちの技をも発見できる。お孫さんの様子も見れる。
連携・協働・協力支援者	・県北部保健福祉事務所 ・中塚小学校 ・おおさき食育コーディネーターの会
エピソード	<ul style="list-style-type: none"> ・種まきから下準備まで自分たちで取り組んだので、調理も一生懸命楽しそうに取り組んでいた。 ・枝豆の苦手な子も、おばあちゃんに教えてもらいながら頑張って作り食べていた。 ・その子のおばあちゃんが、「今まで、枝豆もずんだも食べたことがないのに、今日はみんなと一緒にだからか、初めて食べた。」と喜んでいました。 ・ずんだを作ったりだんごを丸めたり、とても楽しかった。これから家でもいろいろな料理を孫と一緒に作ってみたいと話している祖父母の方もいました。 ・お孫さんと一緒に料理するのは初めてという祖父母の方がほとんどでした。 ・ずんだを昔は作っていたが、今は家では全然作らないそうで、すり鉢を囲んでの作業が楽しかったと話されました。子供たちも同じ気持ちだったようです。
コメント	<ul style="list-style-type: none"> ・祖父母との交流ができた。 ・料理を体験することで「食」に関心を持ってほしいし、自分で作って食べれる子に育ててほしい。 ・味見で、おいしさや我が家の味を知ってほしい。そこから料理に興味を持てればいいなと思う。 ・時代が変わっても、昔から伝わる郷土料理を大切にしてほしい。 ・私たちは「食」も含め、昔の人(伊達正宗とも)とつながっていることを知ってほしい。