

いただきます 元気がさき おいしか県

# びわ太郎食育通信

平成23年8月 第17号 長崎県食品安全・消費生活課  
電話 095-895-2366 F A X 095-824-4780  
長崎県食育のホームページ  
<http://www.pref.nagasaki.jp/shokuhin/>



びわ太郎

みなさん、こんにちは！ぼく**びわ太郎**です。毎日暑いですが、どのようにお過ごしですか？ぼくは長崎で獲れた、美味いトマトやきゅうり、すいか、いさきやアジなどの食材をたくさん食べて、元気いっぱいにお過ごししています。みなさんも夏バテをしないようにバランスよく食べて、元気に過ごして下さいね！  
また、食べ物の管理をしっかり行って、食中毒にも十分に気をつけましょう。

## 平成23年度 食育推進活動表彰（8月5日）

長崎県では、平成19年度に社会的貢献度が高く、他のモデルとなる実践的な食育活動に取り組んでいる団体及び個人表彰する食育推進活動の知事表彰制度を創設しました。今年度は3団体及び1個人の方々を受賞されました。

ご紹介した皆さんを  
それでは、受賞  
させていただきます！



### 団体

#### 食育ボランティアきらきらクラブ



子育て中の主婦を中心としたボランティアグループで、食育活動歴13年。大村市以外に諫早市や東彼杵町まで、年間30～40回広域的に活動しています。

活動内容は、幼稚園・保育園・小学校・養護学校・子育てサークルなどの依頼を受け、人形劇やエプロンシアター、紙芝居など手作りの媒体を使って、子どもたちにわかりやすく食の大切さなどを伝えています。家庭における食育も大切であるため、子どもたち同様、保護者への情報発信にも力を入れたいと意欲的に活動を展開しています。

#### 平戸食育ワークショップチーム



平戸産の食材に焦点を当てた食育ワークショップを開講しています。同一講座で、生産者や加工者から、日頃のこだわり・工夫を聴き、食材に触れ、その生産・加工品に関連した料理を、目でみて色彩を感じ味わい、その後、生ゴミが土にかえるまでの食の循環を体験することができる講座です。

食に対する感謝や、地産地消の重要性、食品の選び方、限りある資源の大切さを理解し、より実践へと結びつきやすいようにと考え実施しています。また、講師となった生産者や加工者は、消費者へ直接語りかけることができるため、自分の言葉で伝え、反応が返ってくることで、更なる意欲の向上に繋がります。プロ意識も引き出され、そこから食育が広まっていくことが期待できます。

## 長与町健康づくり推進員協議会



町内の保育園やヘルシーウォーク大会の場で、揃いのウィンドブレーカーやエプロン姿で颯爽と活躍しているおじちゃん達、それが『長与町健康づくり推進員』です。

始まりは、平成8年～10年度に実施された町主催の男性料理教室参加者を中心に、平成11年～12年度に男性健康づくり教室を開催。その修了生が、自分自身の健康づくりと町民全体の健康づくりに役立つことを目的として、「長与町健康づくり推進員協議会」を平成13年に発足しました。

現在、会員27名（男性のみ）。月1回の健康に関する学習会と、自主活動として「保育園児とのおやつや軽食づくり」「ヘルシーウォーク大会」「スポーツ活動」の他、町事業への協力など、積極的に取り組んでいます。

現在仲間を募集中。長与の男性のみなさん、一緒に楽しく活動しませんか！！

個人

糸永キヌヨさん



昭和42年より口之津わかば会に入会、2年間研究科で諸々学びました。食品添加物が強く気になる当時は、色鮮やかなおやつが多かったので、特に若い母親に手作りおやつを推進しました。

現在は地域の方々の健康づくりの手伝い役として生活習慣病予防の減塩活動、食事バランスガイドの普及、次世代を担う子ども達へのよい食生活習慣づくり、美しい食べ方の作法、施設訪問等と多岐にわたり食育活動を行っています。私のモットーは、“仲よく楽しく”です。

おめでとうございます

最後にみなさんで記念撮影  
ハイ！チ～ズ！！



受賞団体・個人の皆さんです  
左から

- 食育ボランティアきらきらクラブ（西村さん）
- （後列：鶴丸さん、吉田さん、川添さん）
- 平戸食育ワークショップチーム（近藤さん）
- 田中副知事
- 長与町健康づくり推進員協議会（荒木さん）
- 糸永キヌヨさん

## 平成23年度 長崎県食育推進県民会議が開催されました（8月5日）

長崎県では「長崎県食育推進県民会議」を設置し、食育を県民が一体となって推進しています。会議では平成22年度の県事業の進捗状況及び第二次長崎県食育推進計画について協議し、各団体からも食育活動の報告がなされ、食育の現状と課題が協議されました。後日、課のホームページに掲載予定です。



活動報告や意見を発表する様子



会議の様子



## 😊 竹嶋 巖さん (西海市)

～H23.4月、5月に食育活動を行いました～

- 4月 ○ 瀬戸小3年生が里芋の植え付けをしました。今年の冬は大変寒く種芋が少なかつたため、大切に植えました。
- 瀬戸小5年生が南瓜の植え付けをしました。南瓜の苗が大きくなるまでにビニールキャップを被せました。
- 瀬戸小6年生は、とうもろこしの植え付けをしました。花が開花した際に受粉しやすいよう、2本ずつ植えました。また、5年生が植え付けていた玉ねぎの雑草取りをしました。
- 5月 ○ 瀬戸小5年生が、玉ねぎの収穫をしました。収量の心配はよそに豊作でした。
- 瀬戸小6年生が冬瓜と落花生の植え付けを行いました。
- 多以良小学校は全校生徒できゅうり、トマト、ピーマン、なす、南瓜などの夏野菜を植えました。
- 6月 ○ 瀬戸小5年生が校内の水田で田植えを行いました。品種「にこまる」を5本ずつ植えました。



里芋の植え付け



とうもろこしの植え付け



玉ねぎの草取り



冬瓜の植え付け



玉ねぎの収穫



夏野菜の植え付け



田植え

## 😊 させぼ男の食クラブ (佐世保市)

- 3月、スピカ祭りで※させぼ汁を250杯提供しました。その他に、5分つき米ご飯やしそジュース、※紅天を提供しました。
- 5月、幼児教育センターで「イクメンパパのクッキング教室」を開催しました。参加者は親子12組で、メニューは「ごはんdeお好み焼き」「牛乳かんの仲良し苺さん」です。
- 東日本大震災復興支援チャリティーライブ『がんばろうニッポン』にて、させぼ汁の無料試食300食を提供しました。

### ※ させぼ汁

佐世保で獲れた魚のすり身や蓮根、ごぼう、里芋、人参などを具在にした味噌汁。

### ※ 紅天

しそジュースに紅天草を使用したもの。滑らかに仕上がります。

## 地域の活動報告・今後の予定



### 😊 深堀幼稚園 (長崎市)

5月2日、全園児で玉ねぎを収穫しました。各自、自分で力を入れて引き抜き、葉をつけたまま持ち帰りました。残った玉ねぎは後日のカレー会用に干しておきました。また、そら豆を全園児で収穫しました。さやから取り出し、おやつにして食べました。



### 😊 みつば乳児保育園 (川棚町)

- 5月、とうもろこし、トマト、ミニトマト、きゅうり、パセリ、ゴーヤなどの夏野菜の苗を植えました。また、4.5歳児は芋さし、2.3歳児は朝顔の種をまきました。
- 7月下旬、5歳児が「たのしく食べよう」と題した栄養指導を受けました。
- 7月～8月、全クラスで、育てた野菜を収穫し食べました。

### 《今後の活動》

- 9月～10月、2.3歳児がプランターに野菜の種まきと苗植えを行います。
- 10月～11月、4.5歳児が芋ほりと芋煮会をします。
- 10月～2月、手作りおやつに挑戦します。
- 2月、5歳児が手作りカレーに挑戦します。



## 😊 進徳幼稚園（佐世保市）

- 4月 … 全園児で育てていたエンドウを収穫しました。また、ピーマンとトマトの苗を植えました。当番が水やりをしました。
- 4月 … 収穫したエンドウを使って豆ご飯をおにぎりにして食べました。
- 4月 … 枝豆とミニ大根の種をまきました。
- 5月 … 創立記日クッキングでカレーを作りました。野菜の皮をむいたり切ったりしました。



## 😊 諫早純心幼稚園（諫早市）

- 4月 … 3.4.5歳児が1月に植えたグリーンピース、そら豆、玉ねぎ、にんにくを収穫し、塩茹でにして美味しく食べました。また、5歳児がクラス別に夏野菜（トマト、ピーマン、キュウリ）をプランターに苗植えをしました。
- 5月 … 3歳児がホットケーキ作りをしました。粉や砂糖を混ぜたり卵を割って生地を作りました。
- 6月 … 5歳児が大きな畑のうねに芋の苗を植えました。



## 😊 西諫早幼稚園（諫早市）

- 5月 … 2月に植えたじゃがいもを収穫しました。マルチビニールを敷いていたので沢山収穫できました。収穫したじゃがいもは、園児がポテトサラダを作り食べました。
- 6月 … 親子で泥んこになりながら田植えを行いました。また、年長児は「干拓の里」に行き、芋植え体験をしました。そこで教わった事を、園で年中、年少児に教えました。

### 《今後の予定》

- 10月 … 全園児で稲刈りをします。また、さつま芋を収穫し、焼き芋にして食べます。



じゃがいもの収穫



ポテトサラダ作り



田植え

## 😊 昊天宮保育園（大村市）

### ～23年度の食育活動～

開催日	活動・イベント名		内容	写真
4月	よもぎのお菓子を作ろう	5歳児と保護者	よもぎを使い、蒸しまんじゅうと、よもぎ団子を作る	
5月	お母さんの顔を作ろう	3.4.5歳児	行事食で、ごはんの上にウインナーやレーズン、でんぶ、人参などを使って「お母さんの顔」を作る	①
6月	梅干し作り	5歳児	青梅をしその葉とつけて赤くなるまで観察する	
7月	バイキング	3.4.5歳児	自分が食べきれぬ量を学ぶ	②
9月	さんまを食べよう	全園児	さんまを炭火で焼き、一緒に農園で収穫した野菜も焼いて食べる	③
11月	クッキングをしよう	全園児	農園で収穫したさつま芋でクッキング	④
12月	もちつきをしよう	全園児・子育てサロン	地域の人達と餅つきを楽しみ、つきたてのお餅を丸めて食べる	
2月	パンを作ろう	5歳児	生地を自分の好きな形にして焼き、食べる	
3月	交流会	5歳児	年長児が各クラスを回り、配膳の手伝いなどを行う	⑤



※写真は22年度のもの

## 😊 向陽幼稚園（大村市）

- 5月 … 『ファミリーデー』にて、全園児と保護者が学年ごとに分かれて食育を学びながら親子クッキングをしました。  
「ボランティアクラブきらきら」さんが人形やパネル等をつかって楽しい食育の指導をして下さいました。  
年長児がイチゴの収穫とじゃがいも掘りを体験しました。その場で食べたり、家に持ち帰りました。じゃがいもは給食にも使われました。



### 《今後の活動》

- 9月 … 保護者を対象に給食の試食会を行います。園児が普段食べている給食を知っていたり、食育の講話も行います。
- 10月 … いも掘りを行います。掘った芋を焼き芋にして収穫を喜びながらいただきます。

## 😊 島原活水幼稚園（島原市）

### ～23年度の食育活動～

- 4月 … ウェルカムパーティを卒園生と在園生で行います。この行事の中で食育について学びます。
- 5.6月 … 食育について考える会の1.2回目を未就園児と在園児で行います。
- 7月 … ファミリースポーツデーでは保護者が食育を考えたメニューを作ります。
- 8月 … ナイトパーティで園児達が夕食を作ります。
- 10月 … ハロウィンパーティで食育(菓子類)について学びます。
- 11月 … 食育について考える会3回目を行います。内容は「アレルギーと食育」
- 12月 … クリスマス会で「インフルエンザと食育」について意見交換会を行います。
- 1月 … ニューイヤーズパーティの行事の中で食育について学びます。
- 2月 … ひなまつりの行事の中で食育について学びます。
- 3月 … 園外食育では、個々のお弁当の内容について話し合います。



## 😊 深江幼稚園（南島原市）

園では2棟のハウスの中で様々な野菜や果物を育てています。子ども達は苗植えから実になるまでを見て、その成長を楽しみにしています。

- 4月 … 筍ほり(年長児)
- 5月 … さつま芋の苗植えと、じゃがいもを使ったおやつ作り(年長児)
- 6月 … いちご摘み(全園児)とジャム作り(年長児)、すいかの収穫祭
- 7月 … ぶどうの袋がけ(袋には名前やぶどうの絵を描きます。)
- 8月 … ぶどう狩り(全園児)

### 《今後の活動》

- 9月 … 梨狩り
- 10月 … クッキング(年中児)と芋ほり(全園児)
- 11月 … 大根ひき(全園児)
- 12月 … もちつき会(全園児と保護者)
- 1月 … 鬼火(地域のお年寄りとの交流)
- 2月 … クッキング(年少児)



新聞にも掲載されました



芋の苗植え



いちご摘み



すいかの収穫祭

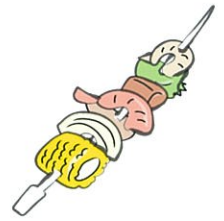


ぶどう

## 😊 聖マリア保育園（五島市）

～23年度の食育活動～

- 6月 … 園児がクッキングを行います。3歳児はおにぎり、4歳児はハンバーグ、5歳児はカレーライスを作ります。（園庭で育てた野菜を材料にしています）
- 8月 … 4.5歳児が夏野菜を使ってバーベキューをします。
- 10月 … 3歳児がクッキーを作ります。
- 12月 … 全園児でもちつきをします。
- 3月 … 5歳児が卒園児からのお礼のお茶会で、どら焼きをふるまいます。



## 😊 玉之浦へき地保育所（五島市）

～22年度の食育活動～

- 6月 … 玉之浦小学校にて園児と保護者が芋の苗を植えました。また、保護者を対象にお誕生会のメニューを作りました。（簡単に作れるサバ寿司）
- 11月 … 親子で芋ほりをし、ふかし芋にして一緒に食べました。

～23年度の食育活動～

- 6月 … 玉之浦小学校にて園児と保護者が芋の苗を植えました。
- 10月 … 園児と保護者が芋を掘り、掘った芋を使っておやつ作りをします。

（お誕生会メニュー）

～ささみの野菜巻き揚げ（6人分）～

- ささみ4本
- 塩少々
- 人参1/6
- アスパラ1本
- 薄力粉適量
- 卵白1個分
- 干し湯葉20g
- えのきだけ1/2袋
- 揚げ油

- ① ささみは筋を取り開く。ラップにはさみ棒でたたいて伸ばす。塩をふり、人参、アスパラは千切りで、えのきは根元を切りほぐす。
- ② ラップを広げ、ささみを置き、野菜を巻く。
- ③ 薄力粉を薄くつけ卵白にくぐらせて砕いた湯葉を付ける。170度の油で揚げて、塩をふり食べやすくして出来上がり。

## 県からのお知らせ



### 牛トレーサビリティ制度とは…

生まれた牛1頭ごとに「**個体識別番号**」を印字した耳標を装着し、生年月日や種別（品種）などとともに、牛の出生からとさつまでの間の「**牛の管理者**」や「**飼養場所**」を記録します。さらに、枝肉がカットされ消費者に提供されるまでの間、牛肉に「**個体識別番号**」を表示します。これらによって、牛が生まれてから消費者に届けられるまでの履歴を迅速に追跡できるようにする制度です。下の識別検索サイトから個体識別番号（10ケタ）を記入し検索すると、それらが分かります。

※切り落とし肉や、ミンチに加工された商品のラベルには個体識別番号はありません。  
 〈識別検索サイト〉

●牛トレーサビリティ

牛の個体識別情報検索サービス

検索

### 《ラベル見本》

国産 黒毛和牛すき焼用（肩肉）

532 保存温度10℃以下

個体識別番号 1234567890	加工年月日	消費期限
	16. 8. 14	16. 8. 17
	458	(本体297円)
	65	312

個体識別番号 1234567890

## ～長崎県食育ボランティアを募集します！～

あなたの食育活動の情報を発信しませんか？

地域や学校、幼稚園、保育園などで「食」や「農林水産」の知識・経験等の話、郷土料理などの調理実習、体験の受け入れをしていただける『長崎県食育ボランティア』を募集します。

詳しくは、[食品安全・消費生活課ホームページ](#)をご覧ください。

●【募集期間】平成23年8月1日～8月31日（当日消印有効）

●【応募要件】食育の知識、技術の指導、体験の受け入れ等を無償で行っていただける長崎県内の〈個人×団体×企業〉の方を対象にしています。



## びわ太郎食育通信に掲載する食育活動の情報をお寄せ下さい

この紙面への掲載の参考とさせていただきます  
 県内各地域での食育に関する取り組み、お知らせをお寄せ下さい。

《送り先》〒850-8570  
 長崎市江戸町2-13  
 長崎県食品安全・消費生活課  
 TEL 095-895-2366  
 FAX 095-824-4780

《ホームページ》

長崎県 食品安全

検索

写真も大歓迎 ♥

