

いただきます 元気 ながさき おいしか県

## びわ太郎食育通信

平成20年10月30日 第5号 長崎県食育・食品安全推進室  
電話 095-895-2366 FAX 095-824-4780



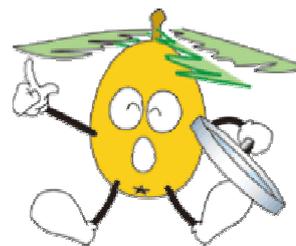
こんにちは びわ太郎です！

皆さん、いかがお過ごしですか～？

最近はずっかり涼しくなり過ごしやすくなりましたね。

秋と言えば食欲の秋！！旬の美味しい物をいただきたいですね

さて今回も、僕、びわ太郎が食育に関する様々な情報をお届けします！



食育推進県民運動を展開しています

～食育推進研修会及び食育推進地域ネットワーク会議～

長崎県では、地域の特性を生かし、関係者のネットワーク化と連携・協働体制を確立するため、昨年度から県内各地区で「食育推進地域ネットワーク会議」を設置し、地域における食育を推進しています。

会議は食育に取り組む関係者や団体、行政等で構成されており、各地域において健康と栄養分野、教育・学校等給食分野、生産者・事業者分野、地域活動団体などで活躍されている方々が委員となり、日頃の活動についての報告や情報の共有を図っています。

今年度はネットワーク会議を開催するとともに、食育に関する皆さんの理解と関心をより深めるために、食育の分野においてご活躍されている講師をお招きし、「食育推進研修会」も行っています。10月に開催された2地区の研修会及びネットワーク会議の内容についてご紹介します。

< 五島地区（五島地方局会議室）10月6日（月） >



【研修会】～概要～

講演「幼児期からの食育を学校、家庭につなげるには」

雲仙保育園園長 金子壽重子 先生

雲仙保育園では「食育の5つの基本理念」を定め、理念に沿った活動を行っています。活動から見てきたものは、「食育」は人間教育の原点であり、総合教育だということ。食育は構えたものではなく、私達のもっと身近な足元にあり、その積み重ねが大切です。



<講演中の金子先生>

【ネットワーク会議】～概要～

主な報告・意見

日頃の食育活動として、旬の材料と季節の行事を関連づけた料理教室の開催や、良い食生活を送るための講習会の開催、楽しい食事のための準備・配膳～食事～後片づけなど基本的なマナーの指導、魚に興味を持ってもらうため五島で捕れる旬の魚や捌き方について指導や講話の実施など、各団体から様々な活動報告がなされました。



<ネットワーク会議の様子>

また、子供達だけでなく親も巻き込んだ食育が必要であること、情報交換や活動の場を広げるために各団体が様々な案内を積極的に行っていくことなど、提案や意見が交わされました。

# いただきます 元気 ながさき おいしか県



< 県北地区 ( 県北保健所研修室 ) 10月22日 ( 水 ) >

## 【研修会】～概要～

講演「スクラム組めばみんなハッピー

～食ネット鳥栖の活動～

鳥栖農林事務所 光山潔 課長, 鳥栖保健福祉事務所 小池悦子 主任栄養士  
佐賀県鳥栖市において「健康」「相互利益」「安全安心」をキーワードに、

保健と農業の各サイドが互いに協力し、「食と農」の視点から食育を推進する  
ネットワーク「食ネット鳥栖」を運営。スーパーや飲食店など民間の協力を得て、「とす“食と農”まちの保健室」を開催したり、「ロハスな鳥栖三養基メニュー」を導入し、地産地消を推進しています。互いに専門分野の力を発揮し、事業の相乗りで食育推進の効果をあげています。



< 食ネット鳥栖のイメージ >



## 【ネットワーク会議】～概要～

主な報告・意見

< ネットワーク会議の様子 >

園内収穫の野菜を使った調理体験、食物や体の仕組みを学びながら食の大切さ、感謝の気持ち、心身の健康や社会性を育成、良い食習慣定着に向け様々な人を対象とした料理教室の開催、魚食普及に重点を置いた食育活動、生ごみリサイクル体験の実施など、様々な報告がなされました。そして、子供や周りを巻き込んだネットワーク形式のイベントを開催したらどうか、また、まずは出来るところからやるのが大事、といった提案や意見が交わされました。

< 今後の食育推進ネットワーク会議及び食育推進研修会開催予定 >

- |           |               |                          |
|-----------|---------------|--------------------------|
| 11/18 (火) | 13:30 ~ 16:30 | 県央地区 ( 県央保健所 )           |
| 11/26 (水) | 13:30 ~ 16:30 | 対馬地区 ( 中対馬開発総合センター )     |
| 12/19 (金) | 13:30 ~ 16:30 | 県南地区 ( 県南保健所 )           |
| 1/13 (火)  | 13:30 ~ 16:30 | 杵岐地区 ( 芦辺町カトリックセンターつばさ ) |
| 1/28 (水)  | 13:30 ~ 16:30 | 西彼地区 ( 長崎県JA会館 )         |

## 食育ボランティア活動報告

河野さん ( 大村市 )

7月26日に大村市にある向陽学園にて「お父さんと一緒にクッキング カレーを作ろう」と題して、クッキング教室を行いました。幼稚園児や保護者の皆さん総勢150人ほどで地元食材を利用してカレーを作りました。当日は大村市国保けんこう課やJAの皆さんも応援に駆けつけ、メディアの取材も受けるなど、とてもにぎやかな料理教室となりました。

9月30日には同じく大村市にある向陽幼稚園にて、「旬の食材 食育と子供の生活習慣病予防」をテーマに、旬の食材を食べよう 家庭でできる食育の取り組み方 食育から予防 < みんなでカレー作り > できる子供の生活習慣病 など、独自の「オリジナルパネル」を用いてお話をしました。

MOA食育ネットワークさせば ( 佐世保市 )

公民館などで料理教室を毎月行っています。希望者の誰でも参加できる教室や、地域の小学校の親子を対象とした「夏休み料理教室」、9月には船越小学校において、学校で収穫した野菜を使っての料理教室を行いました。



< 料理教室の様子 >



# いただきます 元気 ながさき おいしか県



地域からの発信 こんな活動、あんな活動、皆さんの活動に役立てて下さい

こんな取り組みをしました。

## 西海市立大島中学校（西海市）

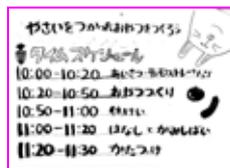
4月から7月の間、週1回家庭科の授業で1年生を対象に食生活について学習を深めました。「バランスのとれた食生活を考えよう」「バランスのとれた1日の献立を考えよう」の学習では献立づくりの手順を学び、1食分の献立やバランスのとれた1日分の献立を作成し、食について知識を深めました。また、夏休み期間中は家庭科の宿題として1、2年生を対象に、1食分の献立を立て、実際に各家庭で作り、材料・分量、作り方、感想をレポートにまとめました。

<わたしの献立ポ-ト>



## 佐世保中央保育園（佐世保市）

6月7日に園児と保護者を対象に、「親子で作ろうやさしいお菓子作り」を行いました。食生活改善推進員の方からお話を聞いた後、実際におやつを作り、一緒に食べました。



<お菓子作りのお勉強>



<手作りソーメン流し>

また、8月2日にはお泊まり保育で、保護者手作りの「ソーメン流し」を行ったり、自分達の好きな具を入れておにぎりを作りました。

## 恵光保育園（南島原市）

6月に「梅ジュース」を作りました。保育園の隣の庭から年長さん15名で梅の実を収穫し、皆で話し合い梅ジュース作りに挑戦。2週間ほどで完成し、おやつ時間にみんなでいただきました。部屋中に甘酸っぱい香りが広がる中、みんなおかわりをして飲むことができました。



<収穫し、作って、いただきま〜す >

<レシピ>  
梅1kg、砂糖1kg、酢150ml  
①梅をきれいに洗いひと晩冷凍。  
②容器(広口ビン)に砂糖と梅を交互に入れ密閉。  
③砂糖が沈殿しないように毎日振る。  
④2週間程で出来上がり!

## さくらんぼ保育園（長崎市）

11月4日に保護者を対象とした「給食試食会」を行い、給食の献立や1人当たりの可食量(カロリー)、アトピー食などの説明を保護者の方に理解していただくとともに、意見交換を行う予定です。

## 生ごみ減量化ネットワークながさき 地域リーダー近藤さん（平戸市）

8月21日に、小学生・幼児親子を対象に子育て支援講座「子育てと食育」を開催。生ごみリサイクルを通して実際にその土で育てた野菜と市販野菜を食べ比べたり、生ごみを中に入れ堆肥になるまでをプランターを使って実践してもらい、野菜の皮の栄養や成長点などを調理しながら伝えました。



<講座の様子>

## 福島小学校 5年生 親子の皆さん（松浦市）

9月27日に、5年生と保護者を対象に「三角おむすびを上手ににぎろう会」を開催。「三角おむすび」、旬の野菜を使った「うす味みそ汁」、「とうふ入り白玉だんご」を作りました。食生活改善推進員の方から資料を用意してもらい、みそ汁の塩分濃度を計ってもらったり、三角おむすびの作り方を教えてもらいました。「うす味みそ汁」は上出来で、40人の笑顔が輝いた楽しいひとときでした。



<皆で調理>

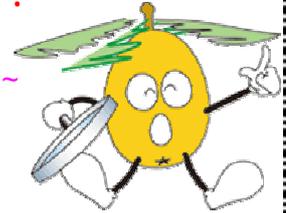


# いただきます 元気 ながさき おいしか県



## 県からのお知らせ

「長崎県食育ボランティア」に新しく登録された皆さんです！  
～昨年度から登録していただいているボランティアの皆様をはじめ、  
新たにご登録いただきました皆様、どうぞよろしくお祈りします～



<お名前・活動分野など> 詳細は室のHPをご覧ください

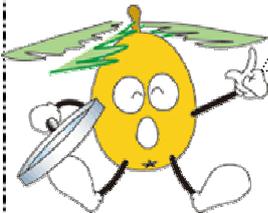
### 【個人】(8名)

田谷さん(長崎市)	食生活と健康、栄養	その他食育全般	
石原さん(長崎市)	食生活と健康、栄養	活動内容:調理指導	
増山さん(諫早市)	その他食育全般	活動内容:農業(畑耕運から種まき、収穫、料理など)	
川村さん(五島市)	農林水産物の生産	活動内容:農業	
蛭子さん(佐世保市)	食生活と健康、栄養	食文化の伝承と地産地消	
	活動内容:調理指導、伝統料理の継承、栄養、衛生、マナー指導		
林田さん(島原市)	農林水産物の生産	食品の製造・加工・流通等	
山川さん(対馬市)	食生活と健康、栄養	食文化の伝承と地産地消	食品の安全・安心
			その他食育全般
長さん(対馬市)	食生活と健康、栄養	食文化の伝承と地産地消	食品の安全・安心
			その他食育全般

### 【団体】(3団体)

(有)田中農園(島原市)(代表:田中 孝さん)	農林水産物の生産		
特定非営利活動法人 エコ みらい長崎(南島原市)(代表:林田福男さん)	食生活と健康、栄養	農林水産物の生産	
郷土料理復活伝承クラブ(大村市)(代表:濱口洋子さん)	食文化の伝承と地産地消		

## 長崎県リスクコミュニケーションを開催しています。



### リスクコミュニケーションとは?

食品には多かれ少なかれリスクがあって、それをゼロにすることはできません。  
そこで、そのリスクと上手につきあっていくことが必要となってきます。  
そのためには地域住民、事業者、行政など関係者の中で情報を共有すること、  
つまり、リスクに関するコミュニケーションを行うことが大切です。  
これを「リスクコミュニケーション」と言います。

室では、食品の安全・安心に関するリスクコミュニケーションを県内各地区で年9回ほど開催しています。農林水産物や製造加工品、学校給食、食品表示など様々なテーマを取り上げてディスカッションしています。開催案内やこれまでの実施結果は、室のホームページ(消費者の声)に掲載していますので、是非ご覧ください。

## 「食育通信」に掲載する食育活動の情報をお寄せください

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、写真も大歓迎です!

【送付先】〒850-8570

長崎市江戸町2-13 長崎県食育・食品安全推進室

TEL:095-895-2366 FAX:095-824-4780

Eメール:s03190@pref.nagasaki.lg.jp

【室のホームページ】<http://www.pref.nagasaki.jp/shokuhin/index.php>

