

【様式 2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市保健福祉部健康づくり課
取組の名称	食育実践者研修会
実施時期	令和4年8月22日(月)
取組内容	<p>【目的】 食育推進の役割を担う人材(食育実践者)に対し、資質向上のための研修会を実施することで、健康づくりの協力者を育成し、地域住民への食育の理解と推進を図るものです。</p> <p>【対象者】食生活改善推進員及び運動普及推進員養成講座受講者、食生活改善推進員令和4年度養成講座および食改会員向け研修会の一項目として実施</p> <p>【内容】 講演：「伝統料理の継承や食農教育活動について」 講師：JAながさき西海農業協同組合 女性部部长 報告：「食改食育チームの活動報告」 報告者：食改食育チームメンバー</p> <p>【議題設定理由】 第4次佐世保市食育推進計画の3つの重点課題の1つに「食育を実践する市民を増やす取り組みの推進」を設定しており、「誰でもできる食育」について情報提供を行っていくべく、日頃から食農活動に取り組まれている団体の講演を聞くことで、今後の活動の参考にしてもらうため設定しました。</p> <p>JA 女性部の講演については、「食改が今後活動を推進していくような活動をされている」「地域と密接に連携されている」「見習いたいことがたくさんあった」という声が聞かれました。</p> <p>食改食育チームの活動報告については、依頼を受けて行う子供向けのエプロンシアターの実演がありました。参加者からは「工夫がみられてよかった」「わかりやすく面白かった」という声が聞かれました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市保健福祉部健康づくり課
取組の名称	「青年期の食育推進事業」：高校生に対して食育の推進を図る。
実施時期	令和4年9月および12月
取組内容	<p>【目的】</p> <p>青年期は、家庭から自立する時期であり、食生活を含めた生活リズムが変化しやすく、成人期以降の生活習慣病の罹患に大きく関わってきます。このような状況を踏まえ、高校生に対して食育の推進を図るものです。</p> <p>【実施方法】</p> <p>例年、市内の高校の一部を対象校として文化祭にブースを出展し、生徒や来場した保護者などへの食育の推進を図っていましたが、新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、生徒及び教員に対し、学校を通して資料の配布を行いました。</p> <p>また、そのうち1校からは12月の文化祭において、食生活などの普及啓発に関する展示ができないか相談を受け、管理栄養士、保健師、歯科衛生士から健康教育パネルの貸し出しを行いました。</p> <p>【内容】</p> <p>学年毎に配布内容は異なりますが、「砂糖の摂取量を見直す内容」「お昼ご飯の選択の工夫」「間食・飲み物の選択の工夫」「コンビニごはんガイド メタボ編」を配布しました。</p> <p>食に関する内容だけでなく、「未成年の飲酒・喫煙予防」「歯・口腔の健康づくり」の普及も保健師・歯科衛生士と合同でパンフレットを配布しました。</p> <p>昨年度に引き続き、生徒だけでなく働き盛りの職員に対しても資料を配布し、食習慣改善に関する啓発を行いました。</p> <p>また、健康教育パネルの貸し出しについては、飲酒・喫煙やお口の健康に関するパネルとともに、「スポーツ栄養」「中食の注意点」「栄養成分表示の活用」についてのパネルを貸し出し、普及啓発につなげました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市保健福祉部健康づくり課
取組の名称	図書館での食生活改善普及運動における普及・啓発
実施時期	令和4年9月1日(木)～30日(金)
取組内容	<p>【目的】 食生活改善普及運動の趣旨に則り、図書館を利用する多くの市民に対して適切な食生活に関する周知を行うものです。</p> <p>【実施内容】 スマート・ライフ・プロジェクトのポスター掲示とともに、長崎県国保・健康増進課作成の「かんたん！時短！野菜を食べよう ながさき旬の野菜レシピ」や食生活改善に関する関連書籍を設置し、普及・啓発を行いました。</p>



【様式 2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市保健福祉部健康づくり課
取組の名称	「青年期の食育推進事業」：大学生に対して食育の推進を図る。
実施時期	令和4年11月
取組内容	<p>【目的】 望ましい食生活に関する知識を普及することで、将来の生活習慣病を予防することを目的に実施するものです。</p> <p>【実施方法】 以前は調理実習を企画していましたが、集客が難しいこと、新型コロナウイルス感染症対策を行いながらの実施が困難なことから、対象校の学生が多く閲覧できる学内に、食育に関するポスター掲示を依頼しました。 今後は、本市及び各学校の学生向け SNS を活用し、情報発信をする予定です。</p> <p>【実施校】 長崎県立大学佐世保校、長崎短期大学、長崎国際大学、佐世保市立看護専門学校、佐世保美容専門学校、九州文化学園調理師専門学校、九州文化学園歯科衛生士学院、佐世保市医師会看護専門学校、こころ医療福祉専門学校佐世保校 計9校</p> <p>【内容】 掲示ポスターについては、管理栄養士臨地実習の学生が作成したものを活用。 内容は「朝食摂取、減塩、遅い時間の食事、中食外食の利用」など様々なテーマとなりました。 また、そのポスターには、本市のレシピが掲載されているクックパッドの QR コードを添付し、ポスター閲覧後すぐにアクセスできるように工夫しました。</p>
	

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市保健福祉部 健康づくり課
取組の名称	ヘルシークッキングコンテスト
実施時期	【募集期間】令和4年7月20日(水)～8月31日(水) 【最終審査】令和4年11月26日(土)
取組内容	<p>【目的】</p> <p>本市が取り組む「第4次佐世保市食育推進計画」等の一環として、手軽に短時間で調理ができる朝ごはんの一品料理を募集し、そのレシピを周知することで、市民が毎日朝ごはんを食べる習慣を身につけることを目的に実施しました。</p> <p>【コンテストについて】</p> <p>本コンテストは、平成17年度から実施しています。今年度は、新たに2団体にご後援いただき、最終審査会場の提供や、イベントの周知拡大にもつながりました。</p> <p>【募集内容】</p> <p>「忙しい朝に手軽に作れる一品料理」とし、「主食部門・主菜部門・副菜部門・複合料理部門」と4つの部門を設定し、募集するレシピの条件として 一般家庭で手軽に短時間で作ることができる、家にある身近な食べ物が使われている、塩分や脂質を摂りすぎているか、他のコンテストやインターネットで未公表のレシピ、で募集しました。4部門、計556点の応募がありました。</p> <p>【審査方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一次審査：事前審査にて選出された各部門10作品、計40作品の中から各部門4作品、計16作品を選出しました。 ・二次審査：WEB投票および市役所連絡通路での市民投票を行い、各部門2作品、計8作品が最終審査へ進出しました。 ・最終審査： <p>佐世保中央公園コアイノベーション施設を後援団体より提供いただき、入賞者による調理実演後、11名の審査員による試食審査を行いました。手軽に短時間で作られているか、なじみやすい味か、などを審査項目としました。</p> <p>【結果】</p> <p>二次審査の点数と最終審査の点数との合計で、各部門において最優秀賞、優秀賞を決定しました。入賞作品はレシピ集にまとめ、入賞者の在籍する学校や、後援団体等へ配布したほか、佐世保市のホームページやクックパッドにてレシピを公開しています。今後は広報させば、各種イベントにて普及を図ります。</p>



【様式 2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市 佐世保市幼児教育センター
取組の名称	離乳食講座～お母さんと赤ちゃんのにこにこ教室～
実施時期	離乳食前期...5/19(木)、7/12(火)、9/22(木)、11/24(木) 離乳食後期...5/26(木)、7/14(木)、9/29(木)、11/29(火) オンライン開催...8/23(火)、12/20(火)
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 離乳食講座「お母さんと赤ちゃんのにこにこ教室」 ・ 講師：長崎国際大学 教授 古賀 貴子 氏 ・ 参加者： <ul style="list-style-type: none"> 5/19(木) ...8名、7/12(火) ...7名、9/22(木) ...8名、11/24(木) ...7名 5/26(木) ...8名、7/14(木) ...7名、9/29(木) ...8名、11/29(火) ...8名 8/23(火) ...8名、12/20(火) ...4名 ・ 内容：【1】離乳食と食育の講話（事前質問に対する回答を含む）<u>40分</u> 【2】調理実習 <u>20分</u> （前期）10倍粥・基本の野菜煮・スイートポパイ （後期）ツナとじゃがいものお焼き・手作りソーセージ・夕焼け蒸しパン 【3】試食、アンケート記入 ・ 前期受講者は4か月の乳幼児健診でも周知をお願いしていることから、離乳食開始前の方も参加されています。後期受講者は離乳食を食べ始めてから生じた新たな悩みや2、3回食への移行のタイミング、アレルギーなど、具体的な質問が多く聞かれます。受付は、専用の申し込みフォームを利用して行い、食に関する事前質問も同時に受け付けています。事前質問に関しては、講話の中で講師に回答をしてもらっています。講話の内容も具体的な根拠をもとに丁寧に話されるので、参加者からも「離乳食の作り方が分からなくて、今のままでいいのか」と思ったり、参加させていただきました。もっと難しいと思っていましたが、作り方、材料は思ったより簡単で市販の物も活用しながら上手に作れることを知り、自宅でも作ってみようと思うことができました。」等の感想が聞かれました。 ・ 対面講座の際は定員を8組とし、調理実習や試食では間隔を取り、パーテーションを使用するなど安心して参加できるよう内容を工夫しました。

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市保健福祉部生活衛生課
取組の名称	食のリスクコミュニケーション「学園祭での食中毒予防」
実施時期	9月30日、10月5日
取組内容	<p>目的 学園祭における食中毒予防のため。</p> <p>対象者 市内の2つの大学の学園祭において模擬店で食品を提供する大学生の団体</p> <p>実施内容 食中毒予防3原則、HACCPに関する講義を行いました。 手洗い指導を行ったあと、検査機器を使用してきちんと手洗いできているかの実験を行いました。 グループに分かれて模擬店で提供する食品の食中毒予防のためのプランを作成してもらいました。 作成したプランをグループごとに発表を行い、意見交換を行いました。</p>
	

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市保健福祉部生活衛生課
取組の名称	メディアを利用した食中毒予防啓発
実施時期	8月10日、8月11日（放映日）
取組内容	<p>目的 家庭や職場、施設などにおける食中毒を未然に防ぐため。</p> <p>対象者 ローカルテレビの視聴者</p> <p>実施内容 食中毒とはどのようなものか、どのような食中毒が多いのか説明を行いました。 また、クイズ形式で食中毒に関する問題を出して、解答の解説を行いました。</p> 

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市保健福祉部生活衛生課
取組の名称	ノロウイルスによる食中毒の予防啓発のパネル展示
実施時期	12月2日～12月15日
取組内容	<p>目的 特に冬場に多く発生するノロウイルス食中毒の予防啓発を行うため。</p> <p>対象者 市民</p> <p>実施内容 佐世保市役所と佐世保市中央保健福祉センターをつなぐ連絡通路においてノロウイルス食中毒に関するパネル展示を行いました。 ノロウイルス食中毒について、ノロウイルス食中毒予防のポイント、嘔吐物処理の方法、衛生的な手洗いについて掲示を行いました。</p>
	

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市学校保健課・市立小中学校
取組の名称	県内まるごと長崎県給食の実施
実施時期	11月18日(金)
取組内容	<p>11月13日～11月19日の「学校給食における地場産物使用推進週間」において、調味料を除いた食材すべて長崎県産物資を使用した学校給食を実施しました。</p> <p>市内小学校(一部の中学校を含む)4献立ブロックにおいて、51校実施。当日は、指導資料を作成し、各学級へ配付。校内放送や掲示、学級での給食時間の指導に活用しました。</p> <p>献立は以下の通り</p> <p>ごはん 牛乳 丸ごと長崎の根菜汁 あじフライ 塩もみきゅうり タルタルソース みかん</p> <p>ごはん 牛乳 佐世保産さつまいものみそ汁 しいらのレモンソースあえ 塩もみきゅうり みかん</p> <p>ごはん 牛乳 呉汁 しいらの手作りフライ 即席漬け</p> <p>ごはん 牛乳 呉汁 アジフライ 即席漬け</p> <p>長崎県教育庁 体育保健課へ報告しており、本件については、長崎県ホームページへ掲載予定</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市大野地区コミュニティセンター
取組の名称	<p>主催講座</p> <p>「みんなで作ろうお寺ごはん」</p> <p>「手作り味噌を作ろう」</p> <p>「手作り肉まんを作ろう」</p> <p>「ロールケーキを作ろう」</p> <p>「年越しそばを自分で作ろう」</p> <p>「クリスマスミニケーキを作ろう」</p>
実施時期	<p>7月6日</p> <p>9月13日</p> <p>10月26日</p> <p>11月30日</p> <p>12月17日</p> <p>12月18日</p>
取組内容	<p>日本の伝統文化である精進料理の由来や目的などについての理解を深めました。</p> <p>味噌づくりを通して日本の食文化について学ぶとともに、手作りの楽しさを体験しながら参加者同士の交流を図りました。</p> <p>肉まんが簡単にできることを学び、無添加の手作り肉まんのおいしさを知ることができました。</p> <p>材料の混ぜ方ひとつでふっくらとおいしいロールケーキが簡単にできることを学び、手作りケーキのおいしさを知ることができました。</p> <p>そば作りの大切な過程である、水回し・捏ね・そば切りについて学び、日本の食文化について学び、参加者同士の交流を図りました。</p> <p>クリスマスケーキ作りを通して、参加者同士や親子のスキンシップを図り、トッピングを楽しみながら、クリスマスの雰囲気を楽しみました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市西地区コミュニティセンター
取組の名称	主催講座 味噌作り お寺ごはん
実施時期	4月8日 11月4日 10月21日
取組内容	味噌店の方を講師に迎え、日本の伝統食品である味噌を手作りすることにより、食文化や健康を考えるきっかけとしてもらいました。 日本ならではの精進料理を教えていただく中で、体に良い食物の選び方、時間をかけて作る料理の良さをあらためて認識してもらうことができました。

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市清水地区コミュニティセンター
取組の名称	主催講座 「味噌づくり」
実施時期	9月16日
取組内容	味噌づくりを通して食文化について学ぶとともに、食物に関する知識・理解を深め、味噌づくりの技能を向上させることを目的としています。また、作業を通し地域住民の親睦を深めることができました。

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市鹿町地区コミュニティセンター
取組の名称	鹿町地区コミュニティセンター主催講座 手作りパン教室
実施時期	9月・10月・11月・12月・1月・2月の第2金曜日(年6回)
取組内容	<p>鹿町地区コミュニティセンター 生活実習室において、手作りパン教室を年に6回開催しています。</p> <p>対象者はどなたでも参加でき、保存料を使用しない手作りのパンの魅力を知ること、気軽に「手ごね」にチャレンジ出来る場を設け、手作りへの親しみを感じていただくことと同時に異世代の地域住民が交流し、年齢層関係なくパンの知識を増やし、共有していくことを目的として取組みを行っています。</p> <p>「コミュニティセンターだより」で周知・募集をしました。</p> <p>9月 ミルクパン 10月 チーズパン・レーズンパン 11月 バーガー 12月 マリトッツオ (1月) 肉まん (2月) ボルガ</p> <p>すべて手ごねで作りました。</p> <p>毎回の参加を楽しみにされていた方が多く、回を重ねるごとにすっかり打ち解けて幅広い地域交流ができ、パンについて学び、参加者全員満足して受講されていました。</p> <p>次回の肉まん・ボルガも楽しみにされています。</p> <p>参加人数は延べ21人(12月開催まで)となりました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市鹿町地区コミュニティセンター
取組の名称	鹿町地区コミュニティセンター主催講座 健康料理教室
実施時期	7月・9月・10月・11月の第2水曜日
取組内容	<p>鹿町地区コミュニティセンター 生活実習室において、健康料理教室を年間5回開催していますが、内、6月の食育月間を除く4回の開講です。</p> <p>対象者はどなたでも参加でき、「生活習慣病予防食」などの健康に関する食を意識しながら、料理という生活に身近な題材をもとに地域住民が交流し、知識を増やし、共有していくことを目的として取組みを行っています。</p> <p>「コミュニティセンターだより」で周知・募集しました。</p> <p>元食生活改善推進員のつくし会さんと一緒に献立を考え作ります。</p> <p>7月 生姜ご飯・じゃがいもとピーマンの炒め物・トマトと豆腐サラダ きのこのお吸い物・フルーツゼリー</p> <p>9月 中華風おこわ・鮭のホイル焼き・野菜スープ・みどり酢あえ・ミルクもち</p> <p>10月 押しずし・すり身のお吸い物・ごぼうとコーンのサラダ かぼちゃのサラダ・ほうじ茶プリン</p> <p>11月 赤飯・ベーコンと根菜の味噌スープ・さつまいもと蓮根の甘酢和え 切干大根のごま酢あえ・さつまいもケーキ</p> <p>を作り、談話しながら楽しく試食しました。 参加人数は延べ50人となりました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市江迎地区コミュニティセンター
取組の名称	すくすくクラブ いもほり
実施時期	11月1日(火) 10:00~11:00
取組内容	<p>・場所...江迎地区コミュニティセンター 駐車場</p> <p>・ねらい...乳幼児を持つ保護者を対象(就園前)に“地域ぐるみで子育てを”という目的で、発達段階を理解した育児の在り方について学びあい、豊かな感性を育む環境づくりをめざす。また、いもほりという五感を使った体験を通して、子どもたちの実感を伴った感性や情操を育てるとともに、食に対する興味関心をもつきっかけをつくる。</p> <p>対象...親子5組程度</p> <p>おいもの調子が悪く、急な日程変更をしたため、当日は親子1組の参加となりました。子どもが掘りやすいようにあらかじめ畑を耕したり、どこにおいみがあるかわかりやすいように土を掘ったりして準備を整えました。いざ2歳児の子どもがやってきて芋ほりを開始すると、自分で見つけて掘るお芋ほりが1番楽しかったようです。途中からはダンゴムシに夢中になってダンゴムシを見つけて楽しそうにする姿が見られました。最後においもを持って帰るときには、2種類のおいみがあることに気づいて、「色が違う!」と同じさつまいもにも違いがあることを知ることができたようでした。後日のおうちの人からの話では、味噌汁に入れておいしく楽しく食べたとのこと。育てた野菜を味わうことを通して食への興味が高まっていくといいなと思いました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市江迎地区コミュニティセンター
取組の名称	いきいきセミナー
実施時期	10月21日(金) 13:30~15:30
取組内容	<p>場所...江迎地区コミュニティセンター 1F 講座室</p> <p>ねらい...食育「味噌作り」を通じて、心身の健康について学びを深める講座。「食」を通じて健康増進や地域交流を深める。</p> <p>対象...地域住民</p> <p>材料費...3,000円</p> <p>地産地消でこだわりの材料を取扱っている「原味噌店」による、恒例の手前味噌作り講座に10名が参加しました。発酵食品が腸内環境を整えウイルスに強い体をつくるなど、心身ともに健康であるための秘訣のお話を聴講しながら、手際よく味噌を仕込みました。受講者からも活発な質問もあり、お互いに調理方法を情報交換するなど、和気あいあいとした時間となりました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市鹿町地区コミュニティセンター
取組の名称	鹿町地区コミュニティセンター主催講座 おやこ de ピザ教室
実施時期	12月28日
取組内容	<p>鹿町地区コミュニティセンター 生活実習室において、おやこ de ピザ教室を冬休みに開催。</p> <p>親子で楽しく手ごねでピザを作り、親子の触れ合い・手作りへの親しみを感じていただくことを目的として取組みを行っています。</p> <p>「コミュニティセンターだより」及び小中学校にチラシにて周知・募集をしました。</p> <p>今回初めての試みですが、今のところ4家族参加予定。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市江迎地区コミュニティセンター
取組の名称	キラッと笑迎「はじめての蕎麦打ち体験」 ～目標！蕎麦粉100%手打ちの年越しそば～
実施時期	12月27日（火）13:30～15:30
取組内容	<p>場所...江迎地区コミュニティセンター 調理室</p> <p>ねらい...「食」を通じて健康増進や地域交流を深めたり、人に良い、幸せな食卓を推進することで今後の食卓づくりの意識を高めたりする。歴史の深い日本食である蕎麦を手打ちする体験を通して、日本食の大切さや昔の人の知恵を実感する。さらに、大晦日と深い関わりのある伝統食年越し蕎麦を家で作ることで家族や親族など人との結びつきを広げ深める食卓づくりにつなげる。</p> <p>対象...子どもから大人まで10名程度</p> <p>材料費...1000円</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市江迎地区コミュニティセンター
取組の名称	Happy Cooking 絵本に出てくるパン作り
実施時期	4月23日(土) 9:00~12:00
取組内容	<p>場所...江迎地区コミュニティセンター 調理室</p> <p>ねらい...「食」を通じて健康増進や地域交流を深めたり、人に良い、幸せな食卓を推進することで今後の食卓づくりの意識を高めたりする。「こども読書の日」特別編として、絵本に出てくるパンを親子で作ることによって、読書に親しむとともに、さらに親子のきずなを深める。</p> <p>対象...子どもから大人まで8名程度</p> <p>材料費...600円</p> <p>まだまだ不安の多いコロナ禍での実施でしたが、当日は親子2組が参加しました。子どもたちは1年生、2年生、4年生、5年生と学年に隔たりがありましたが、パン作りや待ち時間の交流を通して、仲を深めていたようです。ビニール袋で自分のパン生地を作り、1回目のベンチタイムでは「こども読書の日」ということで本の読み聞かせを行いました。「カラスのパン屋さん」の読み聞かせでは、「どんなパンを作る？」と尋ねると子どもたちがぐっと絵本に近づいてくる場面がありました。このときこそ、自分たちが今作っているパンと絵本の中のカラスのパンがつながった瞬間だったようです。そのあとの成型では、くまやカタツムリなど思い思いのパンを作っていました。作る過程では、パン作りを通しておうちの人とおしゃべりにも花が咲き、できあがりのいい匂いとともに笑顔いっぱい講座を終えることができました</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市 佐世保市幼児教育センター
取組の名称	調理講習会「幼児向けの食事作り」
実施時期	令和4年12月15日(木)10:00~12:00まで
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・調理講習会(子ども向け行事食) ・講師:管理栄養士 野々村 洋子 氏 ・参加者:就学前幼児の保護者 12月15日(木)・・・6名 ・目的:幼児向けの調理実習に参加することで、栄養のバランス、手作りのよさを再確認し、保護者の食育への関心を高める。 ・内容:調理の実演 「パーティーを楽しもう」 :講話「バランスの良い食事は器の3点セットで」 :アンケート <メニュー>「サーモンパイ」 「ポップなスープ」 「スティック野菜」 ・行事食も新型コロナウイルス感染症対策を講じながら、対面での調理講習会開催となりました。 ・受付開始後すぐに定員となり、キャンセル待ちでのお問い合わせも多数ありました。 ・クリスマスも近く、行事などで家族、お友達と楽しめるようなレシピを講師よりご紹介して頂きました。 ・参加者には、主にメインの「サーモンパイ」をじっくり作っていただきました。子ども達が喜ぶようにと、保護者同士で会話をされながら、魚の形に仕上げたりアレンジの方法を考えたりするなど、食事づくりの楽しさを味わいながら取り組み、食育への関心も高まったようでした。 ・講話では、幼児期の1食の食卓のイメージについて詳しくお話しされ、成長期に必要な栄養素(鉄分・カルシウム・ビタミンB2)についても資料を使いながらご説明頂きました。 ・参加者からの事前質問にも一つ一つ丁寧に回答され、皆さん熱心にメモを取られる様子が見られました。 ・講話後のアンケートでは、「また作ってあげたいと思いました。栄養面に関して、とても勉強になりました。」との感想が寄せられました。 ・試食時には、感染対策として、各テーブルにアクリルパーテーションを設置しました。

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市農林水産部 水産課
取組の名称	水産教室「お魚の捌き方教室」
実施時期	佐世保市立楠栖小学校 10月27日 佐世保市立歌浦小学校 10月28日
取組内容	<p>【目的】</p> <p>市内小学生4～6年生を対象に水産業への理解と魚食の普及を目的に水産教室を実施しています。水産教室の中で「魚の捌き方教室」を実施し、実際に子供達に捌き方を教え、魚に触れる機会を設けています。</p> <p>【実施小学校】</p> <p>佐世保市立楠栖小学校 6年生 29名 佐世保市立歌浦小学校 5年生 17名</p> <p>【結果】</p> <p>水産教室の中で、栽培漁業の内容を学習し、実際に魚の放流を行い「命の大切さ」に触れてもらいました。</p> <p>「魚の捌き方教室」では、地元漁協の女性部の方に講師として参加していただき、地域コミュニケーションを図りつつ実施しています。</p> <p>児童は、実際に捌いたことで捌くことの大変さを知り、自分達が食べている魚の処理をしてくれている人への感謝の気持ちを持つことができました。家でもやりたいと言われる児童も多くみられ、佐世保の魚食普及に貢献できたと思います。</p> <p>また、楠栖小学校においては、長崎新聞に水産教室の様子を掲載いただき、地域住民への周知も行うことができ巻いた。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市愛宕地区コミュニティセンター
取組の名称	<p>手作りみそ講座 手作りパンとカフェごはん講座 クリスマスリースパン作り講座</p>
実施時期	<p>9月9日 9月29日 12月2日</p>
取組内容	<p>市販の食材でなく手作りする事で、食について考え自分自身の生活を振り返り心と身体の健康について専門家に教えていただきました。</p> <p>なかなか家庭では、手作りするのは難しいパン作りを基本から専門家に教えていただきました。</p> <p>専門的な知識や技術を持つ講師による講座を受講することにより、家庭や個人の生活に活気をもたせ充実したものとする事を目的に実施しました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市保健福祉部健康づくり課
取組の名称	食生活改善普及運動における生産者市場での普及啓発
実施時期	令和4年9月20日(火)～通年
取組内容	<p>【目的】 食生活改善普及運動の趣旨に則り、市内の生産者市場と連携し、利用する多くの市民に対して1日の野菜摂取目標量やバランスよく食事をとることなどを周知し、食生活改善に関する意識の向上、野菜摂取量の増加などの行動変容につなげることを目的に実施しました。</p> <p>【内容】 令和元年度から、市内の生産者市場と連携し、利用する多くの市民並びに従業員に対して、野菜の摂取や食事バランスを整えることによる健康増進を目的に、継続してポスターやPOPを掲示しています。今年度は新たに3店舗を加え、計5店舗に掲示を依頼し、多くの市民に周知ができました。また、全店舗において期間終了後も通年で掲示をしていただいています。</p>



【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市 佐世保市幼児教育センター
取組の名称	幼児食調理講習会「幼児向けの食事作り」
実施時期	令和4年10月18日(火)10:00~12:00
取組内容	<p>調理講習会(子ども向け幼児食)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講師: 長崎国際大学 管理栄養士 古賀 貴子 氏 ・参加者: 就学前幼児の保護者 10月18日(火)・・・6名 ・目的: 幼児向けの調理実習に参加することで、栄養のバランスや手作りの良さを再確認し、保護者の食育への関心を高める。 ・内容: 調理の実演 : 講話 「乳幼児期における口腔機能の発達に対応した食の進め方」 : アンケート <p><メニュー> 「里芋ごはん」 「麻婆豆腐」 「根菜の具だくさん汁」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今回は新型コロナウイルス感染症対策を講じながら、対面での調理講習会開催となりました。 ・参加者の方も対面での開催をたのしみにされており、申し込みもすぐに定員に達しました。 ・今回の献立は、秋の食材を使ったメニューで、普段使わない食材や、調味料にも挑戦していただける様なレシピを講師に準備して頂きました。 ・講習会後のアンケートでは、「自分で作った事のないレシピに出会えて、コツなども教えてもらってとてもありがたかったです。」「幼児食を作る際のポイントなど分かりやすく教えていただき、参加してよかった。」との感想が寄せられました。 ・講話では、発達に対応した食の進め方について、詳しくお話をしていただきました。 参加者からの事前質問の回答も交えながら、食事の味付けや栄養バランスについても説明があり、参加者も食について改めて考える良い機会となった様子でした。 ・試食時には、感染対策として、各テーブルにアクリルパーテーションを設置しました。

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市 佐世保市幼児教育センター
取組の名称	調理講習会「親子クッキング」(オンライン開催)
実施時期	令和4年 8月17日(水)10:00~11:00
取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・調理講習会(おやつ作り) ・講師:長崎短期大学 谷口 英司 氏 ・参加者:就学前幼児の保護者 8月17日(水)・・・6組 ・目的:幼児向けの調理実習に参加することで、栄養のバランス、手作りのよさを再確認し、保護者の食育への関心を高める。 ・内容:調理の実演 すぐに手に入る材料、家庭にある器具で、親子一緒に楽しくお菓子作りをやってみよう。 <メニュー> 「サブレ」 「オレンジゼリー」 ・今回の親子クッキングは、コロナ禍であることからオンライン開催に変更し、資料については参加者に事前配布といたしました。 ・お菓子作りは、材料の準備や作るのに時間がかかるイメージがありますが、近くのスーパーなどで手軽に揃えられるもので簡単に作ることができるよう、講師の先生にレシピを準備していただきました。 ・講話では、参加者からの事前質問に答えていただきながら、お菓子作りのポイントや食事、栄養面についてお話をされました。 ・講習後のアンケートでは、「参加してとても楽しかった。ZOOMで先生の手元や生地の状態がよく見えて分かりやすかった。」「食事の相談の回答もすごくありがたく、また次回も参加したい。」などの感想が寄せられました。 ・実演を見ながら親子で一緒に調理し、出来上がった物を画面越しに嬉しそうに見せてくれるご家庭もあり、オンライン開催でも楽しんでいただける事が分かりました。 ・一緒に作り、一緒に食べる事で、親も子も食への興味・関心が少しずつ高まり、食育へつながっていくことを期待しています。

【様式 2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市 佐世保市幼児教育センター
取組の名称	父親向け食育講座
実施時期	令和4年10月16日(日)10:00~12:00
取組内容	<p>「パパッと！ランチ」いただきます！</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講師：長崎短期大学 講師 谷口 英司 氏 ・参加者：乳幼児の子を持つ父親6名 ・目的：乳幼児をもつ父親が、「食の大切さ」について、講話や実習を通して学ぶ機会とする。また父親が作った料理を家族と一緒に試食することで家族のコミュニケーションを深め、父親の家事、育児参加を促す場とする。 ・内容：【1】調理の実演（クレープのひき肉包み、バターオニオンソテーのスープ） 【2】食に関する講話（事前質問に対する回答含む） <p>・今年度は、2年ぶりに対面での開催としました。</p> <p>・コロナ禍ということで、定員を6組とし、安全に開催できるように配慮しました。</p> <p>・講座の周知に関しては、きらきら広場に来所する母親にチラシを手渡し、市内の公共施設や支援センターを中心にポスター設置を依頼、SNSや母子手帳アプリなどを活用しました。</p> <p>・参加者が父親であることから、講話や実演も父親目線での内容に絞り、実演では材料の紹介から、調理器具の使用のポイントまで丁寧に伝えてもらいました。</p> <p>・参加者も熱心にメモを取り、講師の話に興味深く頷きながら聞いている姿が見られました。</p> <p>・予定していた時間よりオーバーしましたが、調理をする父親、広場で待っている母子ともに楽しむ様子が見られました。家族での試食は、普段あまり料理をしない父親が作った料理という事もあり、喜んで食べていました。</p> <p>・参加者からは「(父親)知らない知識が増えた。先生の人柄が親しみやすく良かった」、「(母親)パパの手料理をこれだけしっかり食べられる機会がなかったので嬉しかったです。娘にも新しいメニューに触れられる機会になりました。」との意見が聞かれたまし。後日、遊びの広場に来所された際にも、「家族で参加できて、とても楽しかった」という感想を述べていただきました。</p>

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市																													
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市東部子育て支援センター（市立早岐保育所）																													
取組の名称	元気に食べよう、楽しく食べよう。																													
実施時期	令和4年 4月～12月																													
取組内容	<p>・自園の畑やプランターで野菜を栽培し、追肥や収穫が終わった野菜の土には、自園で作ったぼかしも利用しています。ぼかしの香りを嗅いでみるなどの経験や、水やりや草取りなどの世話や収穫を楽しみました。採れた野菜は給食やおやつに使用しました。</p> <p>食育活動</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>野菜の栽培</th> <th>収穫した野菜</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>4月</td> <td>土作り インゲン種まき</td> <td>スナップえんどう</td> </tr> <tr> <td>5月</td> <td>夏野菜苗植え・種まき (きゅうり、トマト、ピーマン、なす、オクラ) ぼかし作り</td> <td>玉ねぎ(35kg)</td> </tr> <tr> <td>6月</td> <td>芋さし</td> <td rowspan="3">インゲン、きゅうり、 トマト、ピーマン、 なす、オクラ</td> </tr> <tr> <td>7月</td> <td></td> </tr> <tr> <td>8月</td> <td>じゃが芋、種芋植え</td> </tr> <tr> <td>9月</td> <td>インゲン、かぶ、人参種まき</td> <td></td> </tr> <tr> <td>10月</td> <td></td> <td>かぶ、人参間引き</td> </tr> <tr> <td>11月</td> <td>スナップエンドウ種まき ブロッコリー苗植え</td> <td>インゲン さつま芋(34kg)</td> </tr> <tr> <td>12月</td> <td>玉ねぎ苗植え 土作り</td> <td>かぶ、じゃが芋</td> </tr> </tbody> </table> <p>・「今日の献立」について放送をしています。食べものが体の中でどのような力に変わるのか等、食べる事の大切さを子どもに分かりやすく伝えています。</p> <p>・食育だよりを毎月発行しています。食事マナーや食文化、食育に関するクイズなど情報提供し、親子で楽しみながら食育に関心を持つことができるようにしています。</p>			野菜の栽培	収穫した野菜	4月	土作り インゲン種まき	スナップえんどう	5月	夏野菜苗植え・種まき (きゅうり、トマト、ピーマン、なす、オクラ) ぼかし作り	玉ねぎ(35kg)	6月	芋さし	インゲン、きゅうり、 トマト、ピーマン、 なす、オクラ	7月		8月	じゃが芋、種芋植え	9月	インゲン、かぶ、人参種まき		10月		かぶ、人参間引き	11月	スナップエンドウ種まき ブロッコリー苗植え	インゲン さつま芋(34kg)	12月	玉ねぎ苗植え 土作り	かぶ、じゃが芋
	野菜の栽培	収穫した野菜																												
4月	土作り インゲン種まき	スナップえんどう																												
5月	夏野菜苗植え・種まき (きゅうり、トマト、ピーマン、なす、オクラ) ぼかし作り	玉ねぎ(35kg)																												
6月	芋さし	インゲン、きゅうり、 トマト、ピーマン、 なす、オクラ																												
7月																														
8月	じゃが芋、種芋植え																													
9月	インゲン、かぶ、人参種まき																													
10月		かぶ、人参間引き																												
11月	スナップエンドウ種まき ブロッコリー苗植え	インゲン さつま芋(34kg)																												
12月	玉ねぎ苗植え 土作り	かぶ、じゃが芋																												

【様式2】

食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県佐世保市
取組市町村名 取組団体・企業名	佐世保市北部子育て支援センター（市立上相浦保育所）
取組の名称	・土作り【3歳～5歳児】 ・野菜を育てる体験と収穫する喜び【1～5歳児】
実施時期	年間を通して
取組内容	<p>4月...○野菜くずとぼかしを混ぜて土作りを行いました。 ○そら豆、スナップエンドウを収穫して皮むきをしました。</p> <p>5月...○土作りを行った畑に夏野菜（ミニトマト、中玉トマト、ピーマン、オクラ、なすび、かぼちゃ、きゅうり）の苗を植えました。 ○じゃがいもを収穫しました。（1.5kg） ○保育室側にプランターを置き、ミニトマトを植えました。 ○米作りでは種もみから発芽する様子を観察しました。発芽した芽をバケツに植えかえました。</p> <p>6月...○玉ねぎを収穫しました。（20kg） ○芋の苗を植えました。</p> <p>6月～8月...○夏野菜を収穫しました。</p> <p>9月...○冬野菜（人参、大根、かぶ、水菜、ブロッコリー、ホウレンソウ）の種をまきました。じゃがいもの種芋を植えました。</p> <p>10月...バケツで育てた稲を刈りました。脱穀、もみすり、精米作業を体験しました。</p> <p>11月...○さつま芋を収穫しました。（23kg） ○玉ねぎの苗を植えました。</p> <p>12月...○冬野菜とじゃがいもを収穫しました。 ○そら豆とスナップエンドウの苗を植えました。</p> <p>収穫した野菜は給食やおやつの具材として使用しています。</p>