

食育月間以外の取組実績 (食育月間を除く 4月～12月の実績)

提出都道府県名	福島県
取組市町村名	桑折町
取組の名称	親子料理教室
取組内容	親子で食について学び、健康な心身をつくることを目的とした「親子料理教室」を平成28年度は3回、桑折町保健福祉センターやすらぎ園で開催しました。小学生の親子は食生活改善推進員の協力を得ながら、野菜たっぷりの料理を完成させました。また、毎回、町保健福祉課管理栄養士が「朝ごはんの大切さ」や「栄養バランス」についての食育講話や「おやつクイズなどを実施し、親子で健康意識を高めました。 第1回は5月8日に開催し、桑島西方部子ども会の親子42人が参加しました。実習メニューは、好きな具を入れて握った「おにぎり」と「魚のホイル蒸し」「野菜スープ」、凍み豆腐をすりおろして混ぜた「粉豆腐のバナナマフィン」の四品です。「いつもはできない事ができて楽しかった。」「これからはお菓子ばかり食べないで野菜やご飯を食べたい。」などの感想がありました。 第2回は7月24日、上町子ども育成会の親子19人が「うどん作り」に挑戦しました。子ども達から「うどんもフルーツポンチもはじめて作りました。めんが太かったり、細かったりしてもおいしくできて良かったです。」との感想があり、保護者からは「生地を足踏みする経験はとても心地よく気持ちいいものでした。つい野菜が少なくなりがちでしたが、『野菜を欠かさず食べる努力をすること』を目標にします。」との声が聞かれました。 第3回は12月14日に開催。桑島東方部子ども会の親子17人が参加し、「にんじんピラフ」「鮭のチャンチャン焼き」「赤と緑のサラダ」「野菜スープ」を実習しました。また、12月ということもあり、親子でケーキの飾りつけも行いました。いちごをサンタに見立てたり、とても素敵なケーキが出来上がりました。子ども達からは「毎日は野菜を食べないけど、今日は少しでも食べれたのでよかったです。」「ひさしぶりにお母さんと料理をしたのしかった。」などの感想がありました。保護者からは「家でももっと一緒に料理をしてみたいと思います。スープの塩分はとても参考になりました。」「おやつの見直しをしていこうと思います。」などの声がありました。



食育月間以外の取組実績 (食育月間を除く 4月～12月の実績)

提出都道府県名

福島県

取組市町村名

福島県教育庁健康教育課

取組の名称

ふくしまっ子ごはんコンテスト

取組内容

健全な食生活を実践する力(食べる力)の育成を図ることを目的として、県内の公立小・中学校に在籍する児童生徒を対象にコンテストを実施しています。

応募のテーマは、「主食はご飯！私が作るアイディアごはん」で、小学生は朝ご飯一食分の献立、中学生はお弁当の献立としています。一次・二次審査の書類選考で選定された入賞者は、最終審査で一人で調理・盛り付けをします。

今年度は、県内小・中学校328校から11,418作品の応募があり、28名の児童生徒が入賞しました。

最優秀賞
小学校
上学年の部

会津っ朝ごはん

岩井 呼春さん



おじいちゃんとお父さんが作ったお米に十八穀米を入れて栄養価アップしました。ご近所からいただいた夏野菜をたっぷり使った朝ごはんです。会津の伝統料理、にしんの甘ろ煮も時間を短縮して作りました。

最優秀賞
中学校の部

野菜いっぱい弁当

会田 安那さん



味だけでなく、見た目でも楽しめるように工夫しました。鮮やかな野菜をたくさん入れることは、見ばえもいいですが栄養もとれバランスのいいお弁当になります。また、いわきで採れた野菜をメインに作りました。味よし、見た目よしのお弁当で食欲がわいてきます。



平成29年
1月6日に、
表彰式を
行いまし

食育月間以外の取組実績 (食育月間を除く 4月～12月の実績)

提出都道府県名	福島県
取組市町村名	福島市
取組の名称	食育体験教室(9月1日飯野幼稚園、9月13日ふくしま東幼稚園)
取組内容	テーマ:「ごはんのひみつ」 教室の狙い:「福島市の食育を知ってもらい、“食力”のある市民を増やす」 「実際にお米を使い、五感を使って体験する」 「噛むことの大切さを学ぶ」 対象者:9月1日 飯野幼稚園 年少、年長児とその保護者 17組 9月13日 ふくしま東幼稚園 年少、年長児とその保護者 28組 内 容:①お米の媒体(お米くん)と実際のお米を使い、お米の構造とお米の働きなどについて話しました。 ②透明な鍋を使い実際に炊飯を行ない、お米炊けていく様子を確認、蒸らす時間が必要な事を学んだり、炊き立てのごはんを試食して、よく噛むと甘みを感じることが出来ることなどを学びました。 ③クイズやパネルを使用して、噛むことの大切さ等を話しました。 ④親子に分かれて、おにぎりを握って試食をしました。 ⑤保護者と子どもに分かれて、保護者は今日学んだことや日頃から食事で悩んでいることなどを座談会で話し合いの時間を持ちました。   