

NPO法人棚田LOVERS

兵庫県

活動期間：19年

兵庫県市川町【棚田で食育を】一緒に食べてなかよく優しく

収穫・料理体験し、土鍋でご飯を炊こう！ ～一緒に食べてなかよく優しく～

棚田を見学するだけでなく、共食の場を提供し、子どもたちと一緒に収穫した野菜や野草、魚を使った料理作りや、土鍋でご飯を炊く、お味噌汁を作る体験、さらには絵本の読み聞かせなど、さまざまな体験型活動を行っています。この取組は、地域の子供食堂としても機能しており、家族や地域とのつながりを深める場となっています。参加者からは、「家族の健康の源は食事だと思うので、できる限りそろって食卓を囲みたい」という感想をいただきました。活動は19年間にわたり継続され、これまでに12,800人以上が参加。棚田も21枚再生される成果を上げています。また、この取組はメディアにも注目され、180回以上取り上げられるなど、多くの関心を集めています。



棚田で食育を



米育て 田植え体験

味噌、納豆、かしわめし等伝統料理を継承 ～なかよく食べて、つなぐ知恵～

食文化の保護・継承を目的に、豆腐、味噌、納豆、かしわめしなど、地域で受け継がれてきた伝統料理を、地域の方々や講師の協力を得て一緒に作る活動を行っています。この中で、昔の人々の食文化に対する考え方を学び、日本型食生活を実践する機会を提供しています。参加者からは、「自分で収穫したものをその場で調理して食べる点が良かった。（市販品との違いも実感できた）」といった感想も寄せられており、食育の効果をさらに高める取組として評価されています。また、この活動には大阪体育大学や兵庫県立大学の学生たちも参加し、次世代の担い手育成にもつながっています。さらに、料理を学んだ子どもたちが、自ら進んで家庭で料理を手伝うようになるなど、日常の食生活にも良い影響を与えています。



全体でいただきますをしている様子



大学生と子どもたちとの料理体験の様子

お米、大豆、旬の野菜を育て、収穫体験 ～土と水、光と風と、なかよく～

子どもたちに農作物がどのように育ち、消費に至るかを理解してもらうため、お米、大豆、旬の野菜を育てる農作業体験を実施しています。子どもたちは収穫した農産物を自ら調理し、食事をいただくことで、食や農林水産業への興味や理解を深めています。さらに、「棚田で食育」の動画を4種類制作し、広く発信しています。この動画は、食育の重要性をわかりやすく伝え、食と農業に対する意識を高める一助となっています。



レタスの収穫体験の様子



活動紹介動画



私たちは、美しい棚田を未来の子どもたちに受け継ぐため、日々活動を行っています。このたび、栄誉ある農林水産大臣賞をいただき、心より感謝申し上げます。地域の皆さまの温かいご支援のおかげで、これまでの大切な文化や伝統を守りながら、次の世代へとつなげていく使命を感じています。これからも一層努力を重ねてまいりますので、引き続き応援をよろしくお願いいたします。ぜひ一度、兵庫県市川町の魅力あふれる棚田に遊びにいらしてください！

NPO法人棚田LOVERSメンバー 一同