

調理師養成施設（調理師学校）での「食育教室」の取組

公益社団法人全国調理師養成施設協会（東京都）

公益社団法人全国調理師養成施設協会では、全国の調理師養成施設において、近隣住民等を対象とし、調理師養成施設ならではのバラエティに富んだ「食育教室」を開催しています。令和元（2019）年度は65校で実施され、計4千人以上が参加しました。以下に2校の取組を紹介します。

静岡県^{はままつし}浜松市の^{はままつ}浜松調理菓子専門学校では、令和元（2019）年9月に「災害時の食を考える～パッククッキングについて学ぼう～」をテーマに、^{かけがわし}掛川市健康づくり食生活推進協議会の会員を対象に、講義と実習を行いました。

講義では、ポリ袋を活用した調理方法として、災害時にも役立つ「パッククッキング」の特徴、使用する袋や適した食材について解説し、実習に向けて参加者の理解を深めてもらいました。実習では、「パッククッキング」を活用して「鯖のみそ煮」、「鶏と野菜のうま煮」、「お粥」、「おはぎ」、「さつまいものレモン煮」を調理しました。普段行わない調理法のため、最初は参加者が戸惑う様子もみられましたが、手際よく調理することができました。

参加者からは、「災害時の特別な時だけでなく、常に活用して作りたい」、「思ったよりも簡単で、味がしみ込んでいておいしい」、「お粥がいい。高齢者の分を作り分けられるのがうれしい」といった感想が聞かれました。



「パッククッキング」に挑戦する参加者

愛媛県^{まつやまし}松山市の^{えひめ}愛媛調理製菓専門学校では、令和元（2019）年6月に「スポーツ選手の効果的な食事の摂り方＆夏バテしない食の豆知識」をテーマに、プロ野球独立リーグの愛媛マンダリンパイレーツの選手を対象に、講義と実習を行いました。練習で忙しい中、日々自炊を頑張っている選手のため、栄養に関する専門知識がなくても食事のバランスがとれる方法や食材の選び方、手軽に作れるメニューを取り上げました。

選手からは、「自分たちでも作れそう」、「スーパーやコンビニで手に入りやすい食材を用いることで、調理も簡単に食べやすい。寮でも作ります」と大絶賛でした。スポーツ選手を対象とした今回の取組は、地域活性化につながる食育活動の新たな一歩を感じる「食育教室」となりました。



調理した食事を一緒に食べる選手と専門学校の生徒