

食育フォーラムin上越～おいしく学んで健やか上越の食育～

- 上越市では、「栄養バランスを意識した食生活の推進」及び「日本型食生活の普及」を実現するため、望ましい食習慣や知識の習得ができる機会を広く市民に提供する必要があることから、市民がイベントを通し食育を体験できる「食育フォーラム」を行っている。
- 食育フォーラムは、平成25年度で10周年を迎え、本交付金は平成22年度から活用している。



【取組の内容】

○ 食育フォーラム

食育講演会・講座、料理体験コーナー、食育クイズラリー、食育ゲーム、上越の農業DVD上映、地場産農産物等の試食販売、食育関連団体等のパネル展示、日本型食生活の紹介等を行っている(平成25年度は約1300人が参加)。

食育クイズラリーは、来場者が受付で解答用紙をもらい、各ブースに展示してある問題(9問)を探して、郷土料理などにまつわるクイズに答えながら、最後に答え合わせを行い、地域の食文化への理解を深めるようになっている。



食育フォーラムチラシ

食育クイズラリー ⑦

問題: 約100年前から伝わる郷土料理スキージの中には、冬に**おいしい大根**がたっぷり入っていますが、この大根はなにをイメージして入れられた具でしょう?

- ① つき ② ほし ③ ゆき

食育クイズラリー問題(抜粋)

【取組の成果】

食育フォーラムの参加者のアンケートから、食育クイズラリーで楽しく食べ物のことが分かったなどの感想があり、高い関心をもたれていることが分かる。

また、地域の食に触れ、各ブースで、いろいろな情報を得ることにより、食生活を見直すきっかけになっていることがうかがえる。

2013食育フォーラムin上越 アンケート結果(抜粋)(回答202人)

問 関心を持ったコーナー (上位3コーナーを抜粋)

| | | |
|---|-------------------|-------|
| 1 | 食育クイズラリー | 14.3% |
| 2 | 地場産品等の試食・販売 | 12.6% |
| 3 | ふるまい(郷土料理スキージの提供) | 12.1% |

(フォーラム全体の感想)

- ・普段気にしていない食生活や、食べ物について色々考える機会になりました。
- ・毎年楽しみにしています。食べ物の大切さをこれからも子ども達へ伝えていって下さい。