

食べることは生きること～佐賀の伝統食を知ろう～

- 食育むすびの会は児童・保護者・高齢者・佐賀県農畜産物の生産者に対して、食育の啓発及び食の安全確保・推進に関する事業を行い、食意識の向上に寄与することを目的としている。
- 具体的には、乳幼児とその保護者に食育に関する情報発信を行い、中高年には生活習慣病の予防と食生活の啓発を料理と講習会で行っている。
- 味覚が一番発達する幼児3歳から5歳を対象に食育活動をしているが、生活習慣病予防と食生活の改善につなげていくために大人を対象とした食生活習慣の講習会と料理教室も兼ねて行っている。



【取組の内容】

○親子ふれあい料理教室の開催

佐賀女子短期大学と共催し、「佐賀の伝統食を知ろう」をテーマに親子料理教室を開催。(平成25年8月3日、19名参加)
佐賀県の伝統食の講和、伝統食調理体験を実施。



調理実習風景



須古寿司、のっぺい汁、
クチゾコのから揚げ、甘夏ゼリー

○教育ファームの実施

園児と保護者で野菜の栽培、収穫、実食を体験。(3回開催、参加者延べ195名)

【取組の成果】

料理教室の参加者へ調理試食後、「佐賀の伝統食」についてアンケート調査を実施したところ、「食文化や地域の産物を活かし、時には新しい料理も」の実践度は90%に及び、地域の伝統食を見直すきっかけになっていることがうかがえる。

教育ファームは、園児とその保護者で苗植えから収穫、食卓へと繋がっていった。

第13回親子ふれあい料理教室保護者アンケート結果(抜粋)

テーマ:佐賀の伝統食を知ろう

(参加者:小学生10名 親など9名 講師2名)

問 内容はどうでしたか。

三世代で参加した。実際にやってみることが大切ですね。伝統の味、知恵を継承していきたい。

問 「文化や地域の産物を活かし、時には新しい料理も」の実践はできていますか

はい:90%

(自由記載)

・佐賀県は山の恵みに加え、玄界灘と有明海という性格の違う二つの海の恵みも豊富です。普段の食卓に地元の産物をたくさん取り入れて、佐賀ならではの日本型食生活を実践してもらいたいです。