

小学生・小学生保護者

出汁を取る

実施日：2015/11/26
協力：志楽小学校（舞鶴）
参加人数：65 名（5年生）
タイプ：講座、試食・調理

5年生の家庭科では、出汁についての時間がある。こちらではこの時間の一環として、実際に出汁を取り、すまし汁を試食した。

ちょっとした出来事

「残ってるの？もったいない!!
おかわりしてもいいですか？」

この後の給食を残さないと約束してくれるなら、どうぞ、どうぞ。



やる気スイッチ 『朝ご飯の力』

実施日：2015/12/5
協力：西八田小学校（綾部）
参加人数：78 名
（5・6 年生、全校生 PTA）
タイプ：レクレーション、講座

なぜ朝ご飯を食べるのか？
食べないと何が起こるのか？
遊びを交えながら、朝ご飯の役割を考える。

ちょっとした出来事

講座が終わると、近づいてくる子。

「これからはお母さんが寝坊してもバナナは食べてくるようにするよ」

こっそり教えてくれた。

五感で味わう

実施日：2015/12/18
協力：上六人部小学校
参加人数：7 名（6 年生）
タイプ：レクレーション、講座

食べる時、使っているのは何だろう？
普段何気なくしている行為を、じっくり見直すと色々な部分を使っていると分かってくる。
食べるは色々なものに影響されていることを体験する。

ちょっとした出来事

生徒「この手触りは・・・
ブロッコリー？カリフラワー？」

担任の先生「いや、鶏肉っぽい」

生徒「それはないわ～」

生徒からブーイングの嵐。



中学生・中学生保護者・高校生

理科と国語

油と言葉の実験

実施日：2015/10/20

協力：和田中学校（舞鶴）

参加人数：14名

（教職員）

タイプ：体験、ワークショップ

食育をどうやって学校の中に取り入れていくべきか。多くの先生方が頭を抱えている問題である。少し視点を変えて、教科と食を合わせた内容を実施した。

ちょっとした出来事

「こんなに頭を使って食べたのは初めてです」

何を食べているのかを意識するのも食育の第一歩。



今時ダイエットの話

実施日：2015/10/24

協力：和田中学校（舞鶴）

参加人数：133名（全校生徒）

タイプ：講座、クイズ

人はどうしてダイエットしたいのか？自分に合った食事を選択する難しさは大人も子供も同じだが、成長期だからこそ気をつけてほしい点を考える。

ちょっとした出来事

「マジやばい。全問不正解。
私太るわ。」

これから気をつけていけば大丈夫。

真剣に講座に参加してくれたのがよく分かった。

ダイエットを時間栄養学 と実学栄養学で考える

実施日：2015/7/16

協力：京都共栄学園（高校）

参加人数：97名（3年生）

タイプ：講座、試食・調理

よく何を食べるのか、を勉強するが、いつ食べるのかも大切なこと。これから進学・就職して自炊をする機会も増える世代。自分にとってよりよいものを選択できるようにと、このテーマを設定した。

ちょっとした出来事

「味噌ってこんな匂いなんだ」

身近にある調味料や食材を見直すことで、料理への関心を高めてほしい。

