

5. (講習・体験型) 食育スクール IN 淡路島

概要

食に関するセミナーの実施により、より食への理解を深め、日本型食生活への実践へ繋げる効果を生み出すことを目的として実施。平成 26 年度の実施でニーズがあった、食品添加物のことや、評価が高かったレシピ実演などを交えながら実施した。

募集方法

パソナ農援隊 HP・SNS からの配信、関係者からのチラシ配布、フリーペーパー広告掲載

実施内容

参加対象：特になし（主に淡路市民及び関西圏主婦層・その家族が参加）

参加者数：36 名（全 6 回）

1. 前期実施プログラム（夜間土日コース）

No.	日	時間	内容	講師所属	講師	場所
1	10月8日	18:30～	食の安心安全の定義とは？気になる“食品添加物”の実態とは？「食」をキーワードに、気になる疑問を解決します。(1 時間)	株式会社柏木衛生食品事務所	代表取締役 柏木一憲氏	のじまスコラ
		20:30	日本型食生活と食の「栄養」のイロハについて、管理栄養士から学ぶ！健康でいるために知っておきたい食の基礎(1 時間)	管理栄養士	中村七菜子氏	のじまスコラ
2	10月22日	18:30～20:30	野菜ソムリエが語る野菜の魅力と簡単レシピ実演講習（試食有） & 野菜たっぷりの日本型食生活・週間献立をつくるワークショップ	野菜ソムリエ	森本良枝氏	のじまスコラ
3	11月14日	13:00～15:00	「畑で学ぶ、野菜の生産現場」と「新鮮野菜収穫」 収穫野菜はそのままお土産に・・・！	株式会社パソナ農援隊 チャレンジファーム	紙上 忠之	チャレンジファーム淡路

2. 後期実施プログラム

No.	日	時間	内容	講師所属	講師	場所
4	12月3日	14:00～	食の安心安全の定義とは？気になる“食品添加物”の実態とは？「食」をキーワードに、気になる疑問を解決します。(1 時間)	株式会社柏木衛生食品事務所	代表取締役 柏木一憲氏	のじまスコラ
		16:00	日本型食生活と食の「栄養」のイロハについて、管理栄養士から学ぶ！健康でいるために知っておきたい食の基礎(1 時間)	武庫川女子大学 食育グループ Healthy+代表	管理栄養士 森真理氏	のじまスコラ
5	12月10日	14:00～16:00	野菜ソムリエが語る野菜の魅力と簡単レシピ実演講習（試食有） & 野菜たっぷりの日本型食生活・週間献立をつくるワークショップ	野菜ソムリエ	森本良枝氏	のじまスコラ
6	12月24日	14:00～16:00	「畑で学ぶ、野菜の生産現場」と「新鮮野菜収穫」 収穫野菜はそのままお土産に・・・！	株式会社パソナ農援隊 チャレンジファーム	紙上 忠之	チャレンジファーム淡路

写真



感想等一部抜粋

- ・ 食品を選ぶ際に気にする点が分りました。（男性、その他、30代）
- ・ 子供への指導のあり方、日本型食生活について。（女性、公務員、30代）
- ・ 栄養分の吸収を良くする為の組み合わせ等を考えて調理法を変えたりしようと思いました。（女性、主婦、30代）
- ・ 玉ネギのマリネは本当に美味しかったので、常備菜にします。（女性、会社員、30代）
- ・ 子供と一緒に野菜の収穫体験ができてすごく楽しかったです。お話の内容もとてもわかりやすくておもしろかったです。（女性、主婦、30代）
- 実践したりすごく楽しかったです。（女性、主婦、30代）

6. (実演講習型) プレママ・キッズママ対象 和食材と出汁を活用した離乳食ワークショップ

概要

プレママ、もうすぐ離乳食を始める子を持つママさん、今離乳食作っているママさん向けに和食材とおだしを活用した離乳食作りを、だしソムリエからレクチャー。出汁を活用した基本的調理法の習得を中心に、日本型食生活の理解を促し、家庭での食卓づくりに活かせるよう、実演などを踏まえて実施した。

募集方法

パソナ農援隊 HP・SNS、会場（おやこカフェ）でのチラシ配布、SNS での情報配信等
※託児サービスをセットにして、育児世代がイベントに専念できるように利用促進を促した。

実施内容

実施場所：阿佐ヶ谷市庭スタジオ、おやこカフェほっくる（託児スペース）
（東京都杉並区阿佐ヶ谷南 3-37-10 YS ディセンダンツビル 2・3F）

実施日：2016 年 12 月 7 日(月) 10:00~12:00

参加対象：首都圏のプレママ、乳幼児の育児に携わっている方（20 代~40 代）

参加者数：13 名

実施プログラム：

- ・ 離乳食や食生活に関する講義
- ・ 調理実演（出汁のとり方、簡単な離乳食の作りかた）
- ・ 試食をしながらレシピ復習

写真



感想等一部抜粋

- ・ 化学調味料を多く使っていたので、子供には天然の物を食べさせてあげたいと思います。
- ・ 水だしでも、とても美味しいことに恥ずかしながら驚きました！今日教えて頂いたものが全て、ご飯を兼ねていることも驚き参考になりました。食品の裏表示をしっかり読めるようになりたいと思いました！
- ・ 子供の食育は今後も知りたいです。
- ・ うまみを上手く引き出し、子供も大人もおいしいと思いながら食べることが大事だと思います。
- ・ 子供が今 4 ヶ月、離乳食について全くわからなかったのでとても参考になった。実際に、つくって食べてというのは良かった。

7. (ワーク・講習型) キッズママ対象 アニバーサリープランナー×フードコーディネーターから学ぶ! 楽しいテーブルコーディネート～和食でクリスマス! ?～

概要

冬のイベントを楽しむ為の和食×クリスマスをテーマにした、料理教室×テーブルコーディネートをワークショップ形式で楽しみながら、日本型食生活を学ぶ。

募集方法

パソナ農援隊 HP・SNS、会場（おやかカフェ）でのチラシ配布、SNS での情報配信等

※託児サービスをセットにして、育児世代がイベントに専念できるように利用促進を促した。

実施内容

実施場所: 阿佐ヶ谷市庭スタジオ、おやかカフェほっくる（託児スペース）

(東京都杉並区阿佐ヶ谷南3-37-10 YS ディセンダンツビル2・3F)

実施日: 2016年12月7日(月) 15:00～17:00

参加対象: 首都圏の子育てに携わる世代（親子参加）

参加者数: 7名（参加した子供2名は含まず）

講師: 田野島万由子氏

実施プログラム:

- ・簡単な料理教室(実演メイン)
- ・テーブルコーディネートワークショップ（クリスマス風の簡単な食卓の飾り付けなど）
- ・日本型食生活の講義
- ・試食をしながらレシピの復習

写真



感想等一部抜粋

- ・ 米粉の使い方、だしと牛乳をあわせる等、普段しないことを学ぶことができました。
- ・ とても楽しい時間でした。野菜を使った料理を色々したいと思いました。
- ・ 和風メニューでXmas料理が出来る。テーブルウェアを手作りしてみたいです。（味噌シチュー作ってみたい）
- ・ 次の機会があればまたぜひ参加したいです。