

小・中大連携食育プログラム「『まごはやさしい』を作って食べよう」調理実習体験活動

神戸女子短期大学食物栄養学科

小学生、中学生への調理実習で「食」による健康を伝える

5年生児童を対象に「健康教育」を行った後、短大の調理実習室にて小大連携で和食の食材「まごはやさしい」の言葉を使って、栄養バランスの大切さを伝える調理実習を15年間継続して実施。

一昨年から、思春期の中学生も対象に。

短大生の取組スタンスと波及効果

栄養教諭資格取得を目指している食物栄養学科の学生が、児童の前での調理説明等を担当することで、子どもたちが自発的に調理実習に参加できるように工夫。

自らも食生活改善の大切さを再認識。

また、小中学生への調理実習以外にもイベント等で当該取組を紹介。



小・中学生への調理実習



こべっこランド講座（神戸市社会福祉協議会主催）・「まごはやさしい」を使ったヘルシーおやつクッキングでの取組紹介