



# 宮崎大学地域資源創成学部 食品科学研究室

【宮崎県】 活動期間：12年

## 次世代を担う子どもたちの「食」の基礎をつくる食育活動 ～子どもたちから保護者・地域社会へ～

### 「食品素材そのものを食べることの意義の証明」を 基軸とした活動

宮崎県の特産でありながら子どもが苦手とするピーマンを題材に、より食べやすいカラーピーマンで苗の定植・栽培・収穫・調理実食（パンケーキやスムージー）を体験し、体に良い機能をもつ食品素材に触れる機会を創出しています。更に、「お野菜椅子取りゲーム」や、「ペープサート劇」を組み合わせることで、楽しみながら生涯を通じた心身の健康を支える素地を育む工夫を取り入れています。



収穫したカラーピーマンのカット



カラーピーマンパンケーキ作り



お野菜椅子取りゲーム



食と健康を学ぶペープサート劇

### みやざき伝統野菜の 次世代への継承を目指した取組

伝統野菜の播種から、苗の定植、栽培、収穫、調理・実食までを一連で体験し、幼少期に伝統野菜を知る機会を創出しています。季節性が高く通年で触れることが難しい特性を踏まえ、「もぐもぐカルタ」という学習ツールを開発し、継続的な学びを可能にしています。また、食べ方が分からないという声に応え、レシピ公開や保護者への配布、レシピ動画の作成・公開を通じて、家庭での実食機会の創出に繋げています。



宮崎伝統野菜佐土原ナスの定植



宮崎伝統野菜糸巻きダイコンの収穫



もぐもぐカルタ大会



伝統野菜レシピ動画

### 五感を通じて「食」を楽しむ力を育む実践活動

五感とは何かを学び、五感を意識して食べることで、普段と違う感覚に気づくことを促しています。また、単なる感覚体験に留まらず、活動に劇を導入することで、食べることの楽しさや意義、大切さをわかりやすく伝える工夫をしています。更にスタンプラリーカードを用いて、楽しさを高めると共に、持ち帰ったカードを通じて保護者へも活動内容を共有し、家庭での食育実践を啓発しています。



嗅覚トレーニング



触覚トレーニング



食べることの意義を学ぶ子どもたち



五感教育後の子どもたち



この度は、栄誉ある賞を賜りましたこと、大変光栄に存じます。

子どもたちをはじめとして本活動に参加して下さった皆さま、ご協力をいただきました保護者の皆さま、連携先の皆さま、地域の方々のおかげで私たちは本活動を継続することができております。本活動に関わって下さった全ての皆さまに心より御礼申し上げます。

今後も、食の大切さと魅力を、次世代を担う子どもたちに伝える取組を一層深化、継続して参ります。

食品科学研究室（山崎ゼミ） 一同