

九州農政局 食文化保護・継承推進オンラインフォーラム

【食文化保護・継承取組事例発表】

今でしょう!!ユニークな食育の取り組み

立松食育研究所

所長 立松 洋子 様

～今でしょう!! ユニークな食育の取り組み～

大学では、学べない卒業してからわかる専門性を生かした食育を身に付けてもらいたいと思い、少し早めに大学を退職し、卒業生の卒後教育と精神面ケアと地産地消料理や商品開発等の社会活動に取り組んでいます。
コロナ禍でもできる、ユーチューブで、生産、流通、消費、販売、環境、芸術、スポーツ文化など多方面から食育を考えていきたいと挑戦しています。

立松食育研究所自己紹介

①ユーチューブ「おだんごちゃんねる」で食育(環境問題・日本文化・地産材料理・郷土料理・珍食材を使った料理・持続可能な食育)の発信

https://www.youtube.com/channel/UCZgCfN-dFTo3pKI2lf_NkfQ

②栄養科卒業生の学習の環境作りや支援を兼ねて食育研究所イベントの開催。

③調理師になる学生への持続可能な食育リーダーの養成(現在の課題を切り取り解決していく)

④公民館、企業、マスコミ等、様々なところで食の情報発信

立松食育研究所事業

目的	実施内容	結果
日本文化の伝承、食文化の維持継続(日本の習慣・日本古来の食材・栄養、健康について)発信	ユーチューブ・登録436人	現在1年半で250本発信
力士の料理からスポーツ栄養を学ぶ	琴大豪ら郷土力士4人の料理で応援・試食会	児童生徒、高齢者スポーツジムの献立の参考
日本の着物文化の理解と、着物の創作料を調理と理論で作成	日本の着物イメージの創作料理写真展・試食会	日本文化の理解と発想の巧みさ・調理理論の理解に役立った
大分の風土の理解と心のいやしになる料理の制作から、調理理論を考える	おおいた豊後大野ジオパーク創作料理・試食会	地域の行政や観光の一助と、多種との連携に役立
大分県別府市・日出町のローカルテレビで食育の発信。健康・栄養・食文化(郷土料理)、食生活改善の発信・ ※ 令和4年2月に聖徳太子の料理(精進料理を理解しよう)の実施予定	毎週月曜日生放送「タテマティーと学ぼう食育講座」8年間継続	家庭での食生活に役立っている

食育の見方・考え方 (啓発と興味)

目的	ビデオ 題名	成果
調理と理論を応用し他者の心情を表現する・2分	アートたけし展	自分の想像した、イメージで料理が作れ、人を楽しませる喜び
地域の素材を、どのように扱うことで貢献できるか・1分	竹製品に料理を入れてみた	ニューヨークでどのように役立ち、成果がはっきりすることで自信につながる
日本の文化と昔からの食材の理解を救荒植物の理解につなげ、素材の特徴の表現の仕方を学ぶ・2分	万葉集・着物の料理	日本の文学と伝統工芸の良さを学べ、食とは遠い存在のジャンルで考えているが、切り口次第で、重要な食育となり、達成したときには、ひとまわり人がおおきくなり、強みになる。
地球の環境を考え、自分が住んでいる惑星を大事にする表現が、環境保全に通じる	惑星の料理 5分	マスコミ等の報道をしっかりと把握して、人に発表することで力がつくと同時に、これからすべての人で考えていかなければならない方向性重要な方向である。
災害・環境・救荒植物	戦時中の料理 (1分)	パールハーバーから75年

大分の情報の中からの食育

黄太平〔青りんご〕と「新疆野苹果」〔赤りんご〕にはちみつを入れる



おだんごちゃんねる

聖徳太子が愛した紫
飛鳥時代より、聖徳太子が定められたとされる官位十二階の紫の衣は「紫草」の根で染められたよ

紫草の天ぷら



おだんごちゃんねる

ニオウシメジ
もらって、料理にしました。

珍しいので大分県農林水産
研究センター キノコグループ
に行って、菌株の保存をして
もらいました。
キノコグループのお仕事も見
ることができました。



珍食材と日本の生活



たらおさ



ぶんたん



モウイー

障子張替えし
ます
「舌切り雀のす
ずめも食べた
おいしいので

おだんごちゃんねる



-7-

日本の着物文化と調理理論

江戸友禅



京小紋



江戸小紋



京友禅



十二単



加賀友禅



日本の着物 創作料理写真展



大分県豊後大野市ジオパーク 創作料理写真展・試食



江内戸の景



犬飼港



沈墮の滝



普光寺摩崖仏



原尻の滝



轟橋・出会い橋

現代の状況に対応した

(食栄養士・調理師の育成のための食育)

タイトル	目的	タイトル	目的
エコレシピーの開発	環境問題	戦時中の料理	災害時の対応・環境
災害時の食事作りテクニック研修	災害時の対応	アレンジ餃子の提案会	地産食材・理論
吉野家の牛丼をバスらせように	調理と理論	食中毒予防の料理」	食生活・安全と衛生
鶏づくし料理の提案	地産・調理理論	火を使わない料理	環境
基本のおせちづくり	日本の文化	田北 子供食堂	食品ロス等環境問題
カボスを使ったカレーの提案・	地産食材と理論	世界の料理	オリンピックの応援と世界状況
ライフステージを考慮したインスタントラーメンの食べ方	栄養と健康	地産食材、椎茸・ねぎの新しいメニューの提案・	地産食材と・理論
おいいた和牛カレンダー料理作成	地産・調理理論	ハウスのデザート商品を利用したスイーツの提案	食生活の見直しと、商品開発
ごはん味噌汁の提案会	栄養・健康		

時代に合わせた食育をー

これが火を使わない
料理だー
おだんごちゃんねる



主食になるご飯物



チャーハン

α 化米 半分袋
ベビースターラーメン1袋
乾燥野菜チップス
オリーブオイル少々
作り方…戻したα化米にオ
リーブオイル・ベビースター
ラーメン・野菜チップスを混ぜ
る



戦時中の料理を



災害時に応用しよう



おだんごちゃんねる

食中毒予防料理のコツ



興亜パン 栄養満点！

お味はいかが…昭和16年 主婦の友

小麦粉300g、きな粉50g、カツオ節の粉30g、わかめの粉30g、黒砂糖150g、残りの野菜適量、塩少々、水140g、ベーキングパウダー大さじ1

水と塩を混ぜて、野菜と粉に水を入れて、10個ぐらいに分けて丸め、10分蒸す。



里注を米器

2022年 おおいた和牛 カレンダーになります

日本の文化・風景・
習慣・季節感などが
盛り込まれること…
つ作る方も、見る方
も勉強・地産地消に
も貢献

