

# あおり食命人ネットワーク

代表者 須田忠幸〔八戸プラザホテル料理長〕  
 住所 030-0854 青森県青森市千富町1-11-25 木村ビル  
 活動内容 調理体験 食事体験 食育啓発活動

URL <https://www.facebook.com/syokumeijin/>



ネットワークでは、家庭と外食・中食の両輪で食生活を改善できる環境を整備し子どもから大人まで健康で元気な青森県となることを目指し、自主的な食育推進活動に取り組んでいます。

以下は、代表の須田忠幸さんのお話をもとにまとめました。



## 地域の食材で子どもの体作り

### 食育活動を始めたきっかけ

次の世代を担う子ども達が、その次の世代の子ども達を育てます。その子育てをしている世代が健全でないと育てられた子ども達は健全な状態で育たないということをいろんなセミナーで聞いてきました。

そのことがきっかけとなり、子ども達の食事を作っている家族に安全な食事を作ってもらおうということで、料理教室を実施しています。来てくれた若い人たちが、子ども達にどんなものを食べさせていけばいいのかということを考えるきっかけ作りをしています。



### 子どもの健康を一番に

健康な体をつくり続けるには自分で食べるものに気をつけなくてはだめなんです。お子さんは自分では判断できないから親御さんとかおばあちゃんおじいちゃんが健康に気をつけなければならないということですよ。美味しい料理はたくさんありますが、それだけを食べていたら健康な体を作って行けるかどうかですね。



## あおり食命人ネットワークの活動

### 食命人交流会

●食命人同士の情報交換と県内の生産者などとの交流を目的として、今年9月には、青森市で西洋野菜や伝統野菜を栽培する生産者との交流会を開催しました。

### 食命人食のフェア

●店舗やレストラン、惣菜店などの食命人が、毎年設定されるテーマに基づいて、店舗毎に青森県産の食材を使って、こだわりのレシピによる料理を提供します。

### 食命人食育活動

●学校や公民館等で子どもや親子を対象に、塩分を抑えた料理方法や効率的に料理をする方法、魚の料理方法や味噌造り教室、食育の講話や料理教室などを開催しています。参加する子ども達が食材や調理に関心を持たせる工夫がされていて、大人も子どもも楽しみながら食材と料理に親しむことができます。

### 日本食調理体験

●和食の原点回帰を図るため、親子を対象に食育映画の上映とおむすび作り体験を実施します。今年は11月に県内3ヶ所で開催します。

### これからの活動

食命人の活動を広めるために、まずは公民館とか小中学校などの行事の企画に入れてもらうように働きかけています。そうしたイベントを開きながら、啓発するのも私たちの仕事だと思っています。



あおり食命人ネットワーク代表  
 須田忠幸さん  
 〔八戸プラザホテル料理長〕

現在、八戸プラザホテルの調理部長として、本格西洋料理から地域の食材を用いた創作料理や自宅で簡単にできる一品料理まで、幅広い料理を提供しています。

また、食に関するイベントに携わり、八戸ブイヤベースや青函料理人サミットなどを手がけています。

その他、地域の公民館での料理教室や県立高校の非常勤講師も務めるなど、活動は多岐にわたっています。