

連絡先 電話 0853-21-6979 FAX 0853-21-6965 E-mail:kenkou@city.izumo.shimane.jp

名称 給食試食会

実施時期 平成26年10月

継続年数 2年

目的 ●給食への理解を深める
●正しい食習慣を身につける

対象者 幼稚園就園前親子（3歳児親子）

参加者 14組

場所 出雲学校給食センター

内容

- 栄養教諭による講話～給食のねらい、献立作成時の配慮点、地産地消、食物アレルギー対応、幼稚園入園までに家庭ですべて済ませて欲しいこと（食事時間、箸の使用等）
- 給食センター見学（衛生管理等）と給食試食（親子とも園児の給食量を試食）

効果

- 参加者の食への関心が高まった。特に試食を通して、給食の量や味付けがわかり参考になったという意見を多数いただいた。
- 同年齢の子と一緒に食事をする事で、わが子の食事量や食べ方について考えるきっかけになった。
- 食物アレルギーをもつ子の保護者は栄養教諭に個別相談、安心された。

課題

- 他給食センターでの開催検討

感想・意見等

参加者からは高評価であり、また幼稚園入園前の子の保護者＝若い世代への啓発・支援の場と捉え、今後も継続していきたい。

参加者の感想

- 1食の量や献立内容が知りたくて参加した。とても参考になった。
- 給食のメニューが、子どもたちに何か伝えるために工夫され考えられたメニューだと知って感動した。
- 1万食の栄養バランスがとれた給食を一生懸命作っておられる姿を見ることができてよかった。
- 給食の中身がよくわかって安心した。



23 出雲市

連絡先 電話 0853-28-0062 FAX 0853-28-0063 E-mail:kyushoku2@city.izumo.shimane.jp

名称 いずもスクールランチクッキング

実施時期 平成26年8月5・6・7日（3日間）

継続年数 12年

対象者 出雲市内の児童生徒とその保護者

参加者 116名

内容

「おすすめ出雲の和食給食メニュー」をテーマに出雲産の食材を多く使用した親子料理教室。親子で触れ合いながらの調理実習を通して、栄養のバランスのよい食事のとり方を学ぶとともに和食の良さを知り、食に関する興味関心を深めることを目的としています。また、会食時に和食の良さについて（いっぱいのみそ汁）の指導をしました。

メニュー

おすすめ出雲の和食給食メニュー

黒米ごはん・牛肉のおろし煮・切干大根のごまず和え・かぼちゃのそぼろ煮・夏野菜のみそしる・季節のくだもの

感想

- 和食をテーマにしたスクールランチクッキングで、ぼくはみそ汁担当で、ちゃんとできて良かったです。試食は、みそ汁はとてもおいしかったし、ほかの物もすごくおいしくて良かったです。最後に皿洗いもきれいにできて良かったです。また参加したいです。（小学生 男子）
- 親子で作業を分担しながら料理を作っていく事が、とても楽しかったです。家ではなかなかできない料理で、一汁三菜とバランスが良く、とてもおいしかったです。子どもが毎日食べている給食を家でも作ってみようと思いました。ありがとうございました。（保護者）



24 大田市産業振興部産業企画課

連絡先 電話 0854-83-8073 FAX 0854-82-9150 E-mail:o-brand@iwamigin.jp

名称 寿司アイデアコンテスト in 邇摩高校～未来の郷土寿司を作ろう！～

実施時期 平成26年11月20日（木）

場所 島根県立邇摩高等学校

対象者 邇摩高校3年生 生活系列専攻 15名

講師 (株)酢飯屋 代表取締役 岡田大介氏

内容

●講師講演

食材への作り手の思い、魚の神経メなど岡田氏が取り扱う食材、技術についての説明をされた。

●講師実演

タイの握り寿司、サゴシの押し寿司の実演。

●生徒アイデア寿司作成

生徒は3チームに分かれ、それぞれ「鯛を乗せた箱寿司」「しまねっこを模した箱寿司」「山芋のレタス巻き寿司・肉巻ピーマン寿司」を作成。



25 江津市農林水産課

連絡先 電話 0855-52-2501 (代表) FAX 0855-52-1379 E-mail:nomura-akemi@city.gotsu.lg.jp

名称 学校給食向け野菜生産者と中学生の交流会 ～地産地消で顔の見える学校給食へ

実施時期 平成26年6月24日 継続年数 4年

目的 江津市では学校給食における地産地消を推進するために、産直市を拠点として江津産の野菜と米を中心に供給しています。この体制を一層充実するために、学校給食で使用している野菜の生産者と小中学生の顔の見える交流会を開催している。

対象者 江津市青陵中学校1年生

参加者 83人

内容

- 学校給食食材（野菜）のシステムについて知る。
- 生産者から野菜をつくる努力や苦勞を学ぶ。
- 生産者と給食を通して触れ合う。

感想

生産者から栽培に対する思いや苦勞について学び、生産者への感謝の気持ちを育むことにつながった。



26 川本町役場 健康福祉課

連絡先 電話 0855-72-0633 FAX 0855-72-1136 E-mail:kei-oota@town.shimane-kawamoto.lg.jp

名称 因原保育所クッキング

実施時期 平成26年9月20日

継続年数 19年

対象者 園児及び保護者

参加者 園児11名、保護者21名

テーマ 「魚とふれあおう」

内容 あじの三枚おろし体験

メニュー

ゆかりふりかけ、あじのホイル焼き、きゅうりの塩昆布和え、バターロールサンド、スパニッシュオムレツ、ヨーグルトパフェ(バイキング形式)



連絡先 電話・FAX 0855-22-1253 E-mail:kosodate@city.hamada.shimane.jp

名称 保育所給食担当者等栄養管理研修会

実施時期 平成26年10月29日（水）9：30～13：30

継続年数 10年

内容 浜田市公設市場仲買売場視察、浜田市の水産物説明、調理実習

場所 しまねお魚センター

参加者 市内保育所給食担当者（栄養士、調理師等）23名

目的

市の水産業や浜田漁港で水揚げされる水産物について理解を深め、保育所での魚を通じた食育や保育所給食における魚食普及と地産地消の推進を図る。

感想

公設市場の見学や市の水産振興課の説明を聞き、たくさんの種類の魚が浜田漁港に水揚げされていることが分かった。給食担当として子どもたちに浜田のおいしい魚を提供できるよう努力したい。研修会に参加して、浜田の水産物について理解を深めることができた。地元の魚を使った調理実習ではどの料理もおいしかった。習った料理をぜひ給食に取り入れたい。

その他

給食担当者と魚商担当者との意見交換では、実際に給食に地元の水産物を取り入れるための具体的な話し合いをされた園もあり、今後の取り組みが期待できる。また、市水産振興課や魚商協同組合等と連携し研修会を実施することで、いろいろな角度から、より専門的で具体的な情報提供ができた。今後も、浜田市食育推進ネットワーク会議等の団体と連携し市全体の食育推進を図りたい。



連絡先 電話 0855-42-1235 FAX 0855-42-0990 k-shimin@city.hamada.shimane.jp

名称 「歯と食の健康教室」

実施時期 平成26年8月1日・9月30日・10月1日 **継続年数** 3年

対象者 巡回人間ドック受診者 **参加者** 62人

内容

健診会場において、歯科衛生士による個別歯科指導に合わせ「咀嚼と食事」について、パンフレットを使い歯周病、認知症、肥満症等の予防に繋がることを知らせ、咀嚼機能を増す献立の試食とレシピを提供し、実践化を目的として、30回噛んで食べる食体験事業を行った。地区の健康教室では高齢者の出席が多いが健診会場では若い世代へもアプローチをすることができた。

メニュー 黒豆と梅干しごはん・たこサラダ

感想

- ①一口5回位で飲み込んでいることがわかった。
- ②30回噛むとご飯の甘味を感じることができた。
- ③しっかり噛んで食べると顎がだるくなった。
- ④今後一口30回噛み、健康になりたいと思う。



連絡先 電話 08512-2-2872 FAX 08512-2-6630 E-mai:mishima-y0330@town.okinoshima.shimane.jp

名称 ふれあい食体験事業

実施時期 通年

継続年数 19年

目的

- 保育園児と中学生と一緒に年間3回～4回の食育事業を実施。
- お互いが思いやりをもって活動することで心の健全育成を目指す。
- 農業体験を通じて食の大切さや感謝の心を育むことを目的に町内全中学校で実施。

内容

- 1回目でじゃが芋やさつま芋を植え、2回目で収穫、3回目でその作物を使用し調理実習が基本のパターン。小さい学校では、中学生が園児のことを思い（栄養価や好き嫌い、調理しやすいもの等）1食分の調理実習献立も作成し、調理を行っている。



連絡先 電話 0856-31-9613 FAX 0856-31-9608

名称 親子で米粉スイーツ教室

実施時期 平成26年8月

内容

地元産の米粉の普及拡大を目指し、平成26年8月8日に益田市駅前ビルEAGAにおいて「親子で米粉スイーツ教室」が開催されました。

益田市では、JA・市・普及部が連携し、平成24年度は「米粉麺(乾麺)フェア」の開催、平成25年度には「保育園給食メニューの米粉と米粉麺のレシピ集」を作成・配布し、地元産米粉の普及拡大を図ってきたところです。

今年度は、夏休みの思い出作りも兼ねて、親子で楽しんでもらえるようなスイーツ教室を企画し、益田市内の小学生親子20組53名が参加しました。講師から「米粉のパイナップルマフィン」と、益田産の巨峰を使用した「ぶどうとグラノーラのパフェ」の作り方を教わり、親子で協力して、マフィンの生地を混ぜ合わせたり、パフェの盛りつけが行われました。

参加者の感想

参加者からは、「米粉を天ぷらや唐揚げにも使ってみたい」「もっと米粉を使用したレシピを知りたい」などの感想が聞かれました。



(主催: JA西いわみ / 後援: 島根県西部農林振興センター益田事務所、益田市)

連絡先 電話 0854-84-9820 FAX 0854-84-9830 E-mail:kenou-hc@pref.shimane.lg.jp(県央保健所管理者)

名称 おやこ食育講座

実施時期 平成26年7月～平成27年2月

内容

食への関心を高め、親子で普段の食生活を見直すきっかけと
するため、「野菜をおいしく食べて さらに減塩を」をテーマに、
地元でとれたたくさんの野菜とおいしい天然だしを使った料理
を作って食べる体験活動をしました。野菜の切り方、焼きなすの
焼き加減や、野菜を炒める順番など、野菜をおいしく食べ
コツが満載でした。

実施日 平成26年8月2日(土)

場所 美郷町浜原隣保館

参加者 6歳から10歳子ども達とその保護者、自治会の
皆さん20名。

講師

島根県調理師会連合会大田支部長の片地六治郎氏
(大田圏域健康長寿しまね推進会議栄養・食生活部会の部会長)

メニュー ごはん、ハンバーグ、焼きなすとみょうがの味噌汁、15品の野菜の炒め物、トマト羹



平成26年度

“おいしい・たのしい・ためになる”
食育体験活動事例集

平成27年3月発刊

島根県食育・食の安全推進協議会
島根県健康福祉部健康推進課

