

【テーマ】 米作りから学ぼう	実施主体	京丹後市立宇川小学校
	連携機関	上山地区の農家
【目的】		
<ul style="list-style-type: none"> ・自然豊かな地域の田んぼの様子を知り、地域の特性や良さに気付く。 ・地域の方と触れ合いながら、地域の棚田を利用した米作りを行う。 ・ふるさと宇川で米作りをして、生きている人々の工夫や苦勞を体感する。 		
【対象者・参加人数・実施時期】		
宇川小学校5年生児童 5名 4月～11月		
【取組内容】		
<ul style="list-style-type: none"> ・地域の方（上山地区在住の桑原さん）の協力により、上山地区の棚田にて古代米（黒米）の栽培を行う。種まき（学校）→田植えと看板づくり→草取り→案山子作りと案山子立て→観察（水中生物等）→稲刈り・稲木干し→脱穀、収穫祭までを桑原さんとともにいった。 ・収穫祭では、保護者とともに収穫した黒米の餅つきを行い、桑原さんとともに収穫を祝った。また、桑原さんへこの取組の感謝の気持ちを表した手紙を渡した。 ・米作りの体験をまとめた内容を学習発表会で発表した。 ・収穫した黒米を学校給食（宇川小・宇川中）に提供し、全校で味わって食べた。 		
		
種まき	田植え	案山子作りと案山子立て
		
稲刈り	みんなで記念写真	

【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】




- 米作りの一連の流れを通して、米作りの工夫や苦勞が理解できた。
- 地域の方との交流ができた。
- 子どもたちはこの学習を通し、宇川地域の食材は、水・土・空気等の自然の良さが関係していることが理解できた。

【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】

- 米作りや収穫祭等だけではなく、収穫した黒米を京都大学の生協へ送っている。収穫した黒米が、京都大学の食堂で提供されているので、毎年6年生が4月の修学旅行で昼食時に訪問し、農学部の先生や学生さん達と交流をし、黒米づくりの大変さや思いを壁新聞等で説明している。また、その食堂でどのように消費されているかも知ることができている。
- 地域の方と触れ合いながら米作りの体験ができ、1年間の米作りの流れも理解させることができた。
- 田んぼの場所が離れているため、活動や体験をさせるためには送迎が必要であり、移動に時間がかかる。そのため田んぼに行く回数が限られ、日常的な観察ができない。

【記入者・職・氏名】

京丹後市立宇川小学校

<p>【テーマ】 「宇川美味しんぼ大会」に参加して、地域の食材を知り、味わって食べよう</p>	<p>実施主体</p>	<p>京丹後市立宇川小学校</p>
<p>【目的】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自然豊かな宇川地区で収穫された食材を知る。 ・宇川地区で収穫された食材を使った料理やメニューを知ると共に、地域の方々の思いを知る。 ・宇川地域で収穫された食材を使った丹後ばら寿司を全校児童が作り、給食として食べた。 	<p>連携機関</p>	<p>宇川美味しんぼ大会 実行委員会</p>
<p>【対象者・参加人数・実施時期】 宇川小学校全校児童、教職員 66名 10月28日(日)</p>		
<p>【取組内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域の方が講師となり、宇川美味しんぼ大会の料理に使われている地域食材や使っている方々の願い等についての説明(食育)をしていただいた。 ・各地区でつくられた料理をコーナーごとに見て回り、説明を受けた。 ・丹後ばら寿司づくりを地域の方の指導のもと、体験することができた。 		
		
<p>会場の入口に飾られた地域の食材</p>	<p>チームのメニュー</p>	
		
<p>地域の方から食材についてのお話を聞きました</p>		

【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】

- 地域の食材とそれを使用した料理を知ることができた。
- 地域の方との交流ができた。
- 地域や地域の食材の良さに気付くことができた。

【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】

- 地域の方との触れ合いを重視した。一緒に丹後ばら寿司を作ったり、各チームを回って地域の食材やそれを生かしたメニューを教えてもらったりすることで、地域の良さに気付き、ふるさとを愛する気持ちや態度を育てる機会とする。
- 各地域の食材が何であるか理解できるように、各チームのテーブル毎に回り、説明を受けるようにした。

- 地域の方と触れ合いながら、丹後ばら寿司づくりを体験することができた。
- 地域の方から、食育（食材等についての話等）の時間を設定していただき、食について学習することができた。
- 地域の食材やそれを生かしたメニューや食品を見たり味わったりすることができた。

- 作られた食べ物の一部は給食として食べることができたが、各チームで作られている多くの食べ物の試食ができなかった。一般の来客も多いので、自分の食べたいものを選んで試食することは難しい。

【記入者・職・氏名】

京丹後市立宇川小学校

<p>【テーマ】 子どものための食育事業</p>	<p>実施主体</p>	<p>京丹後市弥栄地区中学校</p>
	<p>連携機関</p>	<p>京丹後市食生活改善推進員連絡協議会弥栄支部</p>
<p>【目的】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域の子供たちとのふれあいを通して食への感謝と食育と伝えたい郷土料理を目的に実施した。 		
<p>【対象者・参加人数・実施時期】 弥栄地区中学3年生 59名 10月17日、24日</p>		
<p>【取組内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・弥栄地区では毎年中学3年生を対象に中学校調理室でA組とB組に分かれて料理実習の指導を食生活改善推進員で実施しています。孫のような子どもたちに囲まれて料理作りをわきあいあいと楽しみました。皆明るく「料理が好きになった」「また家でも作ってみたい」との声がよせられました。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>		
<p>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家でも料理する子どもが多くなった。男の子も料理をするようになった。 		
<p>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メニューは、じゃこめし、じゃがいもだんごのけんちん汁、サワラの蒸し焼き、ほうれん草のごま和え。サワラはホイルで焼いたのでよかった。 		
<p>【使用媒体】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実習前に、食生活改善推進員、食育の大切さ、レシピについて説明した。 		
<p>【記入者・職・氏名】 京丹後市食生活改善推進員連絡協議会 弥栄支部長 土肥 美千枝 (連絡先) 電話：0772-65-3335</p>		

【テーマ】 お母さんの料理教室	実施主体	府中ちびっ子サロン
	連携機関	府中地区公民館
【目的】 ・子育てに忙しいお母さんと一緒に地元の食材を使い、手軽に短時間でできる献立の実習。お母さん同士で協力しながら楽しい交流をはかり、指導員さんの話を聞き食育の大事さを学ぶことを目的としている。		
【対象者・参加人数・実施時期】 公民館の子育て支援行事の一環（共催にて実施） 11月15日（木） ちびっ子サロン利用の保護者とスタッフ、公民館の方 24名（7組の親子）		
【取組内容】 ・食生活改善推進員の指導で調理実習を実施。お母さん、おばあちゃんスタッフとにぎやかに楽しい実習となりました。実習の間、子ども達はスタッフがお守りして一緒に遊べます。 ・メニュー：枝豆ご飯、ブロッコリーサラダ、コーンスープ、かぼちゃのおやき、蒸しケーキ（炊飯器利用） ・アレルギーの子どもがいるのでその点は常に注意をしています。 ・公民館の方も一緒ににぎやかに楽しい食事をしました。 ・毎年続けて欲しいとの声がありました。		
<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		

【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】

- ・用意したレシピを持ち帰られ、友達にも渡して下さりさっそく家でも作り好評だったそうです。
- ・交流が深まる中で私達スタッフの子育て経験談を聞き参考にしてくださる話しを聞き身の引き締まる思いです。

【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】



- ・お母さん達の要望を聞きできるだけ添うように配慮しています。
- ・毎月の手作りおやつもアレルギーの子どもへの配慮に感謝してもらっています。11月は風邪の心配があり一考を要する。毎月のサロンの時子育て経験者の話、若いお母さんの話、スムーズなおしゃべりで交流を深めています。





【使用媒体】


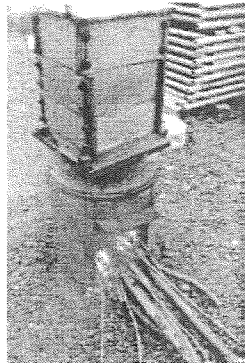
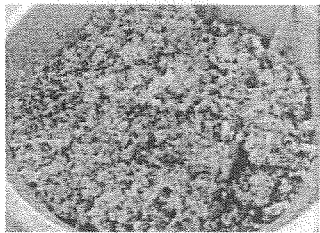
実習前に指導の方からの説明（主に実習について）。レシピを用意して欠席者にも配布

【記入者・職・氏名】

府中ちびっ子サロン 代表者 佐々木 洋子
 (連絡先) 電話：0772-27-0443 FAX：0772-27-1299

<p>【テーマ】 楽しい手作りおやつ</p>	<p>実施主体</p>	<p>与謝野町立生涯学習センター 知遊館</p>
<p>連携機関</p>		<p>与謝野町民生児童委員協議会 岩滝支部</p>
<p>【目的】 ・手軽な材料を使い簡単で栄養のあるおやつの作り方を子育て中の母親に広める。</p>		
<p>【対象者・参加人数・実施時期】 子育てふれあい広場 そう組10月11日（木） くま組10月12日（金） 参加保護者18名</p>		
<p>【取組内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・民生児童委員さんに子どもを預かってもらい、その間に保護者がおやつ作りをしました。楽しそうに又真剣なまなざしで取り組み、約40分で作り上げて全員で試食をしました。 ・メニューは「豆腐だんご」「麩ラスク」。講師の先生の説明とレシピを見ながら手際よくできました。豆腐だんごはスキムミルクが入るのでカルシウムが摂取しやすく、おだんごは噛む力があるので乳幼児期に特に適したおやつとの講師の話に参加者は興味深そうでした。 <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
<p>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】 ・「豆腐だんご」はきなこの他甘辛たれやあんこなどアレンジしたものもおいしく、「麩ラスク」は今どきのおやつで子ども達にすごく好評でした。</p>		
<p>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】 ・申込を募る時に、アレルギーのアンケートをしてメニューを決めました。 ・今までは〇〇ちゃんのママという関係だったが、実習を通し保護者どうしが友達になりました。</p>		
<p>【記入者・職・氏名】 知遊館子育てふれあい広場 担当：小奥 慶子 (連絡先) 電話：0772-46-2451 FAX：0772-46-0050</p>		

<p>【テーマ】 高齢者にやさしい食事を！！</p>	<p>実施主体 岩滝地区長寿会女性部</p> <p>連携機関 与謝野町食生活改善推進員連絡協議会岩滝支部</p>	<p>岩滝地区長寿会女性部</p> <p>与謝野町食生活改善推進員連絡協議会岩滝支部</p>
<p>【目的】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の食事が栄養バランスのよいものであるように高タンパク低カロリーな食事づくりを考える 		
<p>【対象者・参加人数・実施時期】</p> <p>11月6日（金）、11月7日（土）ふれあいセンターにて 2日間で長寿会員34名、食改員11名参加</p>		
<p>【取組内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・簡単な料理で栄養バランスを考えた献立を和気あいあいと実習。試食後はリクリエーションとして「タオルボーリング」を楽しみました。「栄養と運動」を楽しめる和やかな集まりになりました。 <div style="display: flex; flex-wrap: wrap;">     </div>		
<p>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ちょっとした工夫で栄養価がアップするという自覚がめばえました。 		
<p>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食後のリクリエーションはとても良かったと思います。 		
<p>【使用媒体】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペットボトルをピンにタオルをまらめてボールにしてボーリングゲーム 		
<p>【記入者・職・氏名】</p> <p>与謝野町食生活改善推進員連絡協議会 岩滝支部長 小室 陽子 （連絡先）電話：0772-46-2131 FAX：0772-46-6201 E-mail：komuken21@kyt-net.jp</p>		

<p>【テーマ】 佐藤初女さんの作り方で『みそづくり』 機械を使わずに手で大豆をつぶしてまぜる</p>	<p>実施主体</p>	<p>こだわり母ちゃんの モノづくり</p>
<p>連携機関</p>		
<p>【目的】 ・昔ながらの作り方で愛情を込めて作る体験。味噌は何でできているのか？どうやって作るのかを知ってもらう。無理なく協力しあって作る経験をしてもらえる場所の提供。</p>		
<p>【対象者・参加人数・実施時期】 親子3組 小学生2名 午前9時～午後4時（好きな時間に参加）</p>		
<p>【取組内容】 ・自家製の青大豆を一晩水につけ、次の日蒸籠で青大豆を蒸します。今の子どもたちは火に触れることをなかなかさせてもらえないので、どんどん木を入れてくれます。今年も色んな形で手伝ってくれました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;">  </div> <div style="width: 60%;"> <ul style="list-style-type: none"> ・今年の麹は向井酒造さん(左)、小野甚さん(右)。それぞれに味が違います。 ・蒸し上がった大豆は柔らかくて甘くて美味しいです。さめると硬くなるので、暖かいうちにみんなまでニギニギつぶしていきます。 ・あとは、熟成させるだけ。 冷暗所でじっくりお休みさせましょう！ お味噌は2年寝かせるといいそうです。 今日作ったお味噌も3年後我が家の食卓で家族の健康を支えてくれます。 </div> <div style="width: 30%;">   </div> </div>		
<p>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】 ・蒸し上がった青大豆の美味しいこと。指で一粒一粒つぶす感覚が面白かった。気長にじっくり取り組む作業が楽しい。お味噌が青大豆（枝豆）で出来ていることをはじめて知る。</p>		
<p>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】 ・1年がかりのみそづくり。この作業日に向けてお豆づくりから取り組んでいます。こじんまりでも毎年続けていきたいと思えます。色々なお手伝いをしていただけるよう準備中です。</p>		
<p>【使用媒体】 でやあく通信 ブログ</p>		
<p>【記入者・職・氏名】 スタジオき 植田 友香理 (連絡先) 電話：0772-46-4687 FAX：0772-46-4694 E-mail：sutajio-ki@uedakentiku.co.jp</p>		