

<p><b>【テーマ】</b> 親子でフルーツボールづくり</p>	<p>実施主体</p>	<p>きききの妊婦親子広場</p>
<p>連携機関</p>		
<p><b>【目的】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 手作りする楽しさや良さを体験していただき、家庭での食生活の向上を目指す。</li> <li>• 子育て仲間と親子の料理教室を通じてふれあう機会を提供する。道具を使ってみる。</li> </ul>		
<p><b>【対象者・参加人数・実施時期】</b> 親子9組参加 午前10時～12時</p>		
<p><b>【取組内容】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ちょっと大きな子ども達に包丁体験をしてもらいました。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">     </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 切ったフルーツをラップのかかった自分の器に入れて、アガーと砂糖、水を火にかけて溶かした液を注ぎ、ゴムでとめて冷たい水にしばらく入れ固まったら出来上がり。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
<p><b>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 待つときには待てて、危ないことも自分で感じて動けるようになってきた。自主性が芽生え、お手伝いをしたがるようになった。</li> </ul>		
<p><b>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 包丁を使った作業を取り入れた。フルーツ缶のフルーツはとてもやわらかくて切りやすいので、お母さんと一緒に作業でき満足感を感じているようだった。</li> </ul>		
<p><b>【使用媒体】</b> でやあく通信 ブログ</p>		
<p><b>【記入者・職・氏名】</b> 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>		

<p><b>【テーマ】</b> 親子で作るかぼちゃを使ったクレープ作り</p>	<p>実施主体</p>	<p>きききの妊婦親子広場</p>
<p>連携機関</p>		
<p><b>【目的】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・丹後の季節を『食』を通じて親子で実体験し、暮らしの中で四季を感じられる食生活に繋げていく。</li> <li>・手作りする楽しさや良さを体験していただき、家庭での食生活の向上を目指す。</li> <li>・子育て仲間と親子の料理教室を通じてふれあう機会を提供する。 バリエーションを増やす。(いろいろな団子を作れることを実践)</li> </ul>		
<p><b>【対象者・参加人数・実施時期】</b> 親子9組参加 午前10時～12時</p>		
<p><b>【取組内容】</b></p> <p>・みんな上手に包丁が使えます～。使えるようになりま～す。</p> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;">       </div>		
<p><b>【使用媒体】</b> でゃあく通信 ブログ</p>		
<p><b>【記入者・職・氏名】</b> 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>		

<p><b>【テーマ】</b> 手打ちうどん作り</p>	<p>実施主体</p>	<p>きききの妊婦親子広場</p>
<p>連携機関</p>		
<p><b>【目的】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・昔ながらの作り方で愛情を込めて作る。うどんは何でできているのか？どうやって作るのか知る。</li> <li>・手作りする楽しさや良さを体験していただき、家庭での食生活の向上を目指す。</li> <li>・子育て仲間づくりの機会を提供。親子が自然と譲り合って協力して作れる。</li> </ul>		
<p><b>【対象者・参加人数・実施時期】</b> 親子3組 大人2名 午前10時～12時</p>		
<p><b>【取組内容】</b></p> 		
<p><b>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・うどんの作り方がわかったので、家で作りたいという意欲が生まれた。素材の大切さを知った。手をかけすぎてはいけないところが子育てと同じだと気付いた。</li> </ul>		
<p><b>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・想像以上に寝かせる作業がたくさん入ることを知り、もっと時間を長く設定しても良かったと反省。食に関連する絵本を作る前に読みましたが、寝かせている時間に何冊か読めば良かったと思いました。</li> </ul>		
<p><b>【使用媒体】</b> でゃあく通信 ブログ</p>		
<p><b>【記入者・職・氏名】</b> 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>		





<p><b>【テーマ】</b> ヨモギ団子作りとソーダーゼリー作り</p>	<p>実施主体</p>	<p>きききの妊婦親子広場</p>
		<p>連携機関</p>
<p><b>【目的】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・季節感を『食』を通じて親子で実体験し、暮らしの中で四季を感じられる食生活に繋げていく。</li> <li>・手作りする楽しさや良さを体験していただき、家庭での食生活の向上を目指す。</li> <li>・子育て仲間づくりの機会を提供。親子が自然と譲り合って協力して作れる。</li> </ul>		
<p><b>【対象者・参加人数・実施時期】</b> 親子9組 午前10時～12時</p>		
<p><b>【取組内容】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全なおやつを手作りする楽しさをみんなで味わうことができました。</li> </ul> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;">       </div>		
<p><b>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子ども達はお団子作りがとても上手に出来るようになりました。</li> </ul>		
<p><b>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・新緑の時期には欠かせないヨモギのおやつとこれから暑くなる時にオススメのソーダーゼリー提案。アレルギーをもつお子さんにも自然に参加いただけるよう工夫しました。</li> </ul>		
<p><b>【使用媒体】</b> でやあく通信 ブログ</p>		
<p><b>【記入者・職・氏名】</b> 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>		

<b>【テーマ】</b> きの早いクリスマス	<b>実施主体</b> きききの妊婦親子広場	<b>連携機関</b> (空欄)
<b>【目的】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・季節感を『食』を通して親子で実体験し、暮らしの中で四季を感じられる食生活に繋げていく。</li> <li>・手作りする楽しさや良さを体験していただき、家庭での食生活の向上を目指す。</li> <li>・子育て仲間と親子の料理教室を通じてふれあう機会を提供する。</li> </ul>		
<b>【対象者・参加人数・実施時期】</b> 親子8組参加 午前10時～12時		
<b>【取組内容】</b> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・シンガーソングライター西村由理さんのうたとシフォンケーキ作り。大人が焼いたシフォンケーキに親子でデコレーション。みんな揃っていただきました。</li> </ul>		
<b>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・紙コップでケーキが焼けることを知った。</li> </ul>		
<b>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・アレルギーをもった子どもたちへの対応を紙コップで一つずつ焼くことと、デコレーションの材料で工夫した。</li> </ul>		
<b>【使用媒体】</b> じゃあく通信 ブログ		
<b>【記入者・職・氏名】</b> 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><b>【テーマ】</b> お月見を楽しもう！親子で団子づくり</p>	<p>実施主体 連携機関</p>	<p>きききの妊婦親子広場</p>
<p><b>【目的】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・丹後の季節を『食』を通じて親子で実体験し、暮らしの中で四季を感じられる食生活に繋げていく。</li> <li>・手作りする楽しさや良さを体験していただき、家庭での食生活向上を目指す。</li> <li>・子育て仲間と親子の料理教室を通じてふれあう機会を提供する。 バリエーションを増やす。(いろいろな団子を作れることを実践。)</li> </ul>		
<p><b>【対象者・参加人数・実施時期】</b> 親子9組 午前10時～12時</p>		
<p><b>【取組内容】</b></p> <p>・もち米を粉にしたものを使ってシンプルな白い団子、ゆでたかぼちゃを練り込んで黄色い団子。2色の団子に、えだ豆のあんこときな粉でいただきました。</p> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;">       </div>		
<p><b>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・色んなお野菜を練り込みだんごが出来ることを知り、バリエーションが広がった。</li> <li>・お供えの団子の作り方、盛りつけ方を学べてよかった。</li> </ul>		
<p><b>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・身近にあるお野菜を使うこと。季節感があること。</li> </ul>		
<p><b>【使用媒体】</b> でやあく通信 ブログ</p>		
<p><b>【記入者・職・氏名】</b> 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>		

<p><b>【テーマ】</b> よもぎと豆腐の団子づくり</p>	<p>実施主体 連携機関</p>	<p>きききの妊婦親子広場</p>
<p><b>【目的】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・丹後の季節を『食』を通じて親子で実体験し、暮らしの中で四季を感じられる食生活に繋げていく。</li> <li>・手作りする楽しさや良さを体験していただき、家庭での食生活向上を目指す。</li> <li>・子育て仲間と親子の料理教室を通じてふれあう機会を提供する。</li> </ul>		
<p><b>【対象者・参加人数・実施時期】</b> 大人7名 子ども6名 午前10時～12時</p>		
<p><b>【取組内容】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子ども達ママ達と美味しく楽しいよもぎ団子作りができました。</li> </ul> <div data-bbox="220 734 1362 1420"> </div>		
<p><b>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・簡単に親子でできるのでその後もお団子作りを家庭でも実践されている。ヨモギを知らなかったお母さんより、身近なものになったと好評。</li> </ul>		
<p><b>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・なるべく子ども達に体験してもらうことに心がけた。子ども達に作ってもらえるものがどうしても限られてくる。工夫が必要。</li> </ul>		
<p><b>【使用媒体】</b> でゃあく通信 ブログ</p>		
<p><b>【記入者・職・氏名】</b> 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>		

<p><b>【テーマ】</b> 夏野菜の新しい使い方</p>	<p>実施主体</p>	<p>きききの妊婦親子広場</p>
<p>連携機関</p>		
<p><b>【目的】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親子、仲間と楽しくお料理に取り組む。</li> <li>・先入観を捨てて、素材と向き合い良さを生かした工夫をする。</li> <li>・季節の野菜の可能性を広げる。</li> </ul>		
<p><b>【対象者・参加人数・実施時期】</b> 親子3組 小学生5名 午前10時～12時</p>		
<p><b>【取組内容】</b></p> <p>・夏休みということで、小学生チームの参加もあり、子ども達（幼児）は大きなお兄ちゃんたち（小学校5年生）とロフトでわいわい楽しく交流できて・・・それぞれが貴重な体験になったようでした。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">   </div> <p style="text-align: right; margin-top: 10px;">野菜の握り寿司 冷製パスタ風そうめん</p>		
<p><b>【参加者の反響・活動を通して参加者が変わった点】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食材や野菜の可能性が広がる内容でした。器として使ったりお寿司のネタとして使える</li> </ul>		
<p><b>【実施者の工夫したこと・良かったこと・今後の課題】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・発想の転換をしてもらえる工夫がたくさんでした。お酢を使わずに寿司飯を作る方法などは食材の特徴を知っているからできること。日頃から食材一つ一つに意識を向けているから出来ることだと学びました。</li> </ul>		
<p><b>【使用媒体】</b> でやあく通信 ブログ</p>		
<p><b>【記入者・職・氏名】</b> 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>		



平成24年度 丹後食育活動事例集  
～子どもから大人まで食の環を広げよう～

平成25年3月発行

きょうと健康長寿推進丹後地域府民会議・京都府丹後保健所

編集 京都府丹後保健所 保健室 健康支援担当  
(きょうと健康長寿推進丹後地域府民会議 事務局)

〒627-8570 京都府京丹後市峰山町丹波855

電話 0772-62-4312

F A X 0772-62-4368