

資料編

1. 篠山市における食育実践事例の紹介

篠山市では、食育に関する活動として、以下のような取り組みを行っています。

(平成 20 年 1 月現在)

親子で「さつまいも掘り」「おさつクッキング」 【子育てふれあいセンター】

子育てふれあいセンターでは、平成 19 年度に、食育の事業として、就学前の子どもとその保護者を対象とした「さつまいも掘り」と「おさつクッキング」を開催しました。農業体験と一体的に行い、自分で掘ったさつまいもを使って親子で調理を楽しもうという企画です。自分で掘ったさつまいもを使用したことで、子どもたちも食材に興味を持ち、意欲的に調理に取り組みました。いつもより子どもの食べる量が増えた、食事に対する関心が高くなった、という声も聞かれ、大変好評でした。今後は、「苗を植えること」から体験することで、「育てる喜び」「食べ物の大切さ」をより知ってもらえるような取り組みを企画していきます。



黒豆・夏野菜を育てよう！ 【市内保育園】

篠山の特産物である黒豆や身近な夏野菜を園児たちで育てました。成長の楽しみ、収穫の喜びを味わい、心に残る体験ができました。野菜の成長を観察しながら、興味がわいたことや感じたことが自分たちの遊びにつながり、園児たちの共通の話題となって、自然にふれて遊ぶことが発見や創造へと広がっていきます。園児たちが収穫した野菜をすぐに調理して食べると、食べ物への関心や食欲も増して、食がすすむ様子がうかがえました。

この活動を通して、一人でも多くの子どもたちが野菜を好きになり、篠山の宝・特産物を大切に思う気持ちが育ってくれるようにと願いながら取り組んでいます。



食育参観日・食育実践校発表会の開催 【日置小学校】

日置小学校では、兵庫県教育委員会から食育実践校の指定を受け、「よりよい食習慣を身につけ、健康な心と体を育てる」ことを目指して、学校教育活動全体で全職員が食育に取り組んできました。平成19年度には、「食育参観日・食育実践校発表会」を開催し、参加していただいた多くの保護者や地域の人、市内の小中学校の先生に、食育の授業を見ていただいたり、実践発表を通して本校の食育の取り組みを紹介したりしました。児童の食生活を改善していくためには、学校、家庭、地域が連携を深めていくことが大切です。今後も、学校の取り組みを発信し続けるとともに、食育の学習や行事への積極的な参加を呼びかけていきたいと考えています。



篠山市給食センターの取り組み 【給食センター】

篠山市には、東部学校給食センターと西部学校給食センター（平成19年4月より、西紀・丹南・今田の3つの給食センターが統合）があり、子どもたちの健康づくりのために職員一丸となって取り組んでいます。安全でおいしく、素材の味を大切にしたい調理に心がけ、煮物や汁物の味の決め手となるだしは、煮干し、かつおぶし、昆布、鶏ガラでとり、食べ物本来の自然の味を出すようにしています。

またハム、かまぼこ、竹輪、はんぺんなどの練り製品については、学校給食用の無添加の食品を購入し、食の安全にも力を入れています。

野菜は新鮮で旬の味を大切にするため、地元の食材や篠山の特産物を随時取り入れ、篠山産コシヒカリをはじめとする「地産地消」の取り組みに力を入れています。地元の生産者としては丹南野菜直販所、西紀農業クラブ、篠山産業高校東雲校、味土里館みどりかんにお世話になっています。

平成19年度は幼稚園、小学校、中学校、PTA、愛育班、いずみ会、タイ文部省教育視察などたくさんのお見学や給食試食がありました。今後も学校や家庭、地域の方々と交流を深めながら、学校給食を通して豊かな味覚の形成や食文化の継承に取り組んでいきます。



地域に根ざした食文化づくり 【篠山産業高校東雲校 生活文化類型】

篠山産業高校東雲校では、農業科という特性を活かし、1・2年次には「食」だけでなく、「農」の基本的知識や技術を学んでいます。さらに3年次では、1・2年次の学習内容を基に「課題研究」という授業で様々な料理の研究・開発を行っています。この「課題研究」は生徒が個々に研究テーマを設定し研究していくものです。「地産地消」を基本に、篠山の特産物（黒豆、山の芋、栗、米）や摘み菜、学校の農場で採れた野菜を使った料理を研究しています。



平成19年度は、黒豆豆乳うどん、よもぎを使った幼児のお菓子などを研究中です。研究の成果については、校内で発表するだけでなく、地域の行事に参加するなど普及活動にも努めています。

親子の食育教室 【いづみ会】

いづみ会では、「食」を通じた健康づくりを様々な実践活動の中で行っていますが、その一つに「みんなでつくろう！クッキングひろば」と名づけた親子の食育教室があります。「野菜となかよくなろう」「魚となかよくなろう」「朝ごはんを食べよう」などのテーマを決め、食べ物の名前や旬などをクイズ形式で知ったり、実物を実際にさわってもらったり、楽しみながら食べ物への興味を育てています。



また、できるだけ地場産の旬の食材を使い、「子どもが主役」の調理実習を行うことで、子どもたちが食に関心を持てるような活動を心がけています。

おいしく楽しく食べよう 【地域活動栄養士会】

地域活動栄養士会では、乳幼児から高齢者まで、幅広い年齢層を対象に、栄養指導媒体を使って講話や調理実習、地域への啓発活動を行っています。特に幼児期の親子には、調理実習を通じて、実物の野菜を見たり、さわったりしながら食べ物への関心を高められるように取り組んでいます。切った野菜は見たことがあっても、畑からとりたての野菜は珍しいようで、興味津々です。その野菜を使って包丁で切ったり、自分の手でちぎったりと、料理を通じて、直接手に伝わる感触を経験します。目の輝きがきらきらして笑顔を見せてくれます。



「食」から始まる楽しさ、嬉しさ、大切さを感じてほしいと願っています。

きょうどみかく
郷土味学講座 【四季の森生涯学習センター】

「郷土味学講座」は、郷土の食材の良さを再発見し、郷土に受け継がれている食文化の発信を目的に平成3年度から開催しています。市内外より様々な講師を招くことにより、地元食材の伝統的な調理法や文化、または新たな視点からの活用について学ぶことができます。地元で食べ続けられてきた伝統料理と、地元食材を使った創作料理の両方を学ぶことにより、現代の暮らしに合った郷土料理の普及を目指しています。平成19年度は、40名の定員で4回開催しました。



篠山の「食文化」の普及啓発事業 【丹波ささやま黒まめ課】

一人ひとりが自らの「食」のあり方を見つめ直し、「食」について考える習慣を身につけ、生涯を通じて健全な食生活を実現できることが重要です。その一つの手法として、篠山の伝統料理の復興と新たな郷土料理の開発のための取り組みを進めています。この取り組みにつながるのが、「身土不二」。まさに、暮らしている土地において、季節のもの（旬の物）を常食することで、身体は環境に調和する（健康につながる）というものです。



郷土の新旧「料理コンテスト」を開催したりするなど、地元の食にふれ、振り返り、新しく創り出すなど、普段の暮らしの中で、誰もが実践できる手軽な取り組みとして、篠山の「食文化」を提供しています。さらに、篠山の地域特産物などを題材にしたものしり試験「丹波篠山黒まめ検定」を実施するなど、ひと味違った手法での普及啓発も進めています。



おくちとからだのいきいき塾(栄養改善・口腔機能向上事業) 【地域包括支援センター】

平成18年度から、介護予防事業として、低栄養や口腔機能が低下している高齢者を対象に、栄養改善と口腔機能向上を目的とした「おくちとからだのいきいき塾」を開催しています。「食べること」は、人が元気にいきいきと暮らしていくための、最も大切な要素の一つです。また、「おいしくしっかりと食べる」ためには、口(口腔)がしっかりと機能していることが重要です。4か月間(7回シリーズ)の教室に参加する中で、「食べることや口の機能の大切さ」「自分の食習慣の振り返り」「具体的な栄養改善方法と口腔機能向上の体操」「目標カレンダーで行動を習慣化」して、それぞれの介護予防を実践していただいています。



児童「体験農園」事業 【JA丹波ささやま】

JA丹波ささやまでは、市、普及センター、関係機関等と連携して、毎年「体験農園」を実施しています。この事業は、小学校の児童が農作業体験等を通じて、食と「農」への理解を深めるとともに、「農」に親しみを持ってもらうことを目的としています。

水稻では田植えから稲刈り、収穫。黒豆では播種から収穫までの体験実習と成育の観察などを行います。

実習指導では、農家や各関係機関の職員とともに、児童との対話の中で、農業の役割や重要性、食を通じた「農」の大切さや心の健全育成などについて伝えられればとの思いで事業に取り組んでいます。



篠山の「農(みのり)文化」体験事業 【丹波ささやま黒まめ課】

土は「いのち」の源。農業は「いのち」をつなぐ(育てる)大切な仕事。食を生み出す土の大切さ、農業の大切さを、農業体験や地域農業者などとの交流を通じて理解していくことが重要です。農の持つ多面的な機能についても理解を深めるため、「食農教育」として市内の小学校や親子、三世交代による農作業体験も実施・拡充しながら、それぞれの世代のライフスタイルにあった「農文化」を深めるとともに、地域が一体となった農のネットワークづくりを進めています。



「食農教育」の推進 【農業委員会】

農業委員会は、児童の食と心の健全育成を目指し、「食」の根源である「農」を通じた体験学習、「食農教育」を実施しています。小学5年生を対象に社会科の「米づくり」のカリキュラムに農業体験者として各地区農業委員が入り指導補助をしています。篠山の特産物である黒豆はもちろん、稲・さつまいも・そば・夏野菜などの植え付けから管理・刈り取り、そしてそれを自ら調理して食べるまで、実際に土に親しみ安全安心な作物を栽培することで、楽しみだけでなく、手間ひまをかけ、心をこめて手入れをしないと作物は育ってはいくれないことも体験しています。これらの体験は、児童の成長に大きく影響をしているものと確信しています。



地産地消への取り組み 【JA丹波ささやま】

JA丹波ささやまでは、安全・安心、生産者の顔が見える農産物を地元消費者へ提供できる施設として、平成18年10月5日に、市内東吹に農畜産物直売所「味土里館^{みどろかん}」を開館して営業しています。

この施設では、地域農業に関する情報提供及び消費者との交流の場づくりを行うとともに、地場農畜産物の消費拡大と高齢者、女性の参画を目指した農業経営の普及・推進、農業の振興と地域活性化を図っています。

また、より安全・安心な農産物の提供を図るために、減農薬栽培への取り組み、地産地消及び食育運動を進め、学校給食への食材提供拠点施設の機能を合わせて発揮することを目的として開設しています。

