



**平成 29 年度
仙台市食育推進会議関係団体等
食育推進取り組み事例**

**平成 30 年 3 月
仙台市食育推進会議**

★★★ 目 次 ★★★

主体・部署名	ページ	推進の柱※			
仙台市小学校教育研究会学校給食部会	1	①			④
認定こども園 やかまし村	3		②		
学校法人七郷学園 七郷幼稚園	6		②		
学校法人支倉学園 めるへんの森幼稚園	8	①			
仙台市保育所連合会給食会委員会	10	①	②		
公益財団法人 みやぎ・環境とくらし・ネットワーク①	11				④
公益財団法人 みやぎ・環境とくらし・ネットワーク②	12			③	
公益財団法人 みやぎ・環境とくらし・ネットワーク③	13	①	②	③	④
みやぎ生活協同組合	17			③	
仙台農業協同組合	18			③	
仙台市食生活改善推進員協議会（宮城食生活改善推進員会）	19	①			
仙台市食生活改善推進員協議会（秋保食生活改善推進員会）	20	①			
公益社団法人 宮城県栄養士会①	21	①			
公益社団法人 宮城県栄養士会②	22	①			
公益社団法人 宮城県栄養士会③	24	①			
仙台白百合女子大学①	25	①			
仙台白百合女子大学②	26	①			
宮城大学	27	①			
仙台市					
市民局生活安全安心部消費生活センター	28	①			
健康福祉局保健所生活衛生課	29				④
子供未来局幼稚園・保育部運営支援課萩野町保育所	30	①	②	③	
子供未来局幼稚園・保育部運営支援課福田町保育所	31	①	②		
環境局廃棄物事業部廃棄物企画課①	32			③	
環境局廃棄物事業部廃棄物企画課②	33			③	④
経済局農林部農政企画課	34			③	
経済局中央卸売市場業務課①	36	①		③	
経済局中央卸売市場業務課②	37	①		③	
青葉区保健福祉センター家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課	38	①	②		

宮城野区保健福祉センター家庭健康課	39	①			④
若林区保健福祉センター家庭健康課	40	①			
太白区保健福祉センター家庭健康課	41	①			
秋保総合支所保健福祉課	42	①			
泉区保健福祉センター家庭健康課	43	①			
教育局総務企画部健康教育課	44	①			
教育局生涯学習部生涯学習課	47	①			

※仙台市食育推進計画(第2期)における推進の柱

- ①食を通じた健康づくりを実践しよう
- ②地域の食文化を伝えあおう
- ③地産地消をすすめよう
- ④食品を選ぶ確かな目を持とう

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市小学校教育研究会学校給食部会								
連携機関・団体	仙台市教育委員会								
取り組みの名称	食に関する授業の実施 『インスタント食品とわたしたちの生活』	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④						
日時・内容	<p>仙台市内の各小学校では、児童の発達段階や実態、地域の特色等を踏まえて食に関する授業を行っている。今回の事例は、宮城県の学校給食研究大会で研究発表された授業である。</p> <p>この授業は6年生の特別活動のなかの学級活動として行われた。</p> <p>食育の視点としては、「インスタント食品が利用されている食環境と自分の食生活との関わりを理解すること」(食事の重要性)、「自分の食生活を見つめ直し、よりよい食習慣を形成しよう」と努力すること」(心身の健康)の2点を目標としている。</p> <p>1 日時 : 平成 29 年 9 月 25 日 (授業日) 平成 29 年 11 月 22 日 (県大会発表日)</p> <p>授業者 : 仙台市立柞江小学校 6年1組担任 相澤 遼 栄養教諭 藤原 祥子</p> <p>2 評価の規準</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>集団活動や生活の 関心・意欲・態度</th> <th>集団の一員としての 思考・判断・実践</th> <th>集団活動や生活につい ての知識・理解</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>自らの食生活に関心を持ち、インスタント食品との関わり方を考えようとしている。</td> <td>インスタント食品とのより良い関わり方を自分なりに考え、判断し、実践している。</td> <td>インスタント食品の良い点や問題点を知り、インスタント食品との関わり方の重要性が分かる。</td> </tr> </tbody> </table> <p>3 主な学習内容</p> <p>(1) インスタント食品は、積極的に利用すべきであるというテーマで討論形式の学習を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> 前時や休み時間、家庭学習で調べてきたことを基に討論を行う。 			集団活動や生活の 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活につい ての知識・理解	自らの食生活に関心を持ち、インスタント食品との関わり方を考えようとしている。	インスタント食品とのより良い関わり方を自分なりに考え、判断し、実践している。	インスタント食品の良い点や問題点を知り、インスタント食品との関わり方の重要性が分かる。
集団活動や生活の 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活につい ての知識・理解							
自らの食生活に関心を持ち、インスタント食品との関わり方を考えようとしている。	インスタント食品とのより良い関わり方を自分なりに考え、判断し、実践している。	インスタント食品の良い点や問題点を知り、インスタント食品との関わり方の重要性が分かる。							

ただし、ロールプレイによる討論を取り入れ、肯定・否定両方の立場から話し合うようにする。

- ・話し合うこと自体が目的ではなく、話し合いを通して、自分の考えを形成していくことがねらいである。
- ・答えが一つに定まらない“納得解”の授業を行う。

※納得解…自分が納得でき、周囲の納得も得られる解

(2) 討論から

テーマ：『インスタント食品は積極的に取り入れるべきである』

《肯定》

- ・おいしくて人気がある。
- ・価格が安い。
- ・忙しいときに助かる。

《否定》

- ・栄養が偏る。
- ・食品添加物の影響がある。
- ・料理の仕方を覚えにくい。



(3) 授業後の児童の考えから（自分で決めて実行する内容）

〇〇さんが言っていたように、インスタント食品だけだと栄養バランスが偏ってしまうので、インスタントの物と、何か栄養のある物を一緒に食べた方が良いのかなと思いました。藤原先生が、健康のこと（油や糖分、五大栄養素のことなど）を考えて給食を作ってくださっていたので、普段の食生活でも意識していきたいです。

例えばインスタントラーメンは、野菜などを入れてバランス良く食べたいと思いました。藤原先生が言っていたように、インスタント食品には様々な種類があるので、『〇〇が欠けていたら△△をプラスして』というように、足りない物を補って食べたいと思いました。

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	認定こども園 やかまし村		
連携機関・団体	仙台市私立幼稚園連合会		
取り組みの名称	食事作りを中心とした交流の場の形成 ～四季折々の郷土料理を通して～	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>対 象：在園児の保護者(各回 3～8 名程度)</p> <p>日 時：平成 29 年度 4 月～2 月</p> <p>背 景：日本には四季があり、それぞれの地域ごとにその季節を感じる行事や食べられているものがあります。食べ物や料理は、一つ一つに意味や語源があり、昔の人々は自分たちの地域で採れた食材を工夫して食べたり、家族の健康や豊作などの願いを込めながら料理を作って食べていました。姉妹園であるみどりの森ではそうした郷土料理を大切にしながら保育をしてきたという歴史があります。やかまし村でもその思いを保護者の方々と共有するために、月に 1～2 回その季節に合った郷土料理と一緒に作る機会を設けています。</p> <p><春(4～5月)：おくずかけ・けんちん汁・田作り></p> <p>姉妹園であるみどりの森では仙台市を中心とした宮城県の郷土料理である「おくずかけ」を多く食べるようにしており、やかまし村でも同様に子どもたちに慣れ親しんで欲しいと思っています。そうした思いを知っていただくためにも 4 月はおくずかけを保護者の皆さんと一緒に作りました。5 月は神奈川県のおぼろ汁で精進料理でもあるけんちん汁を作って食べました。</p> <p>新規園として始まって子どもたちはもとより保護者の方々は、横のつながりがまだ形成されていみせんでしたが、一緒に調理をしながら保護者それぞれの地元の郷土料理の話を聞いていくと、職員の介入がなくとも保護者同士で楽しそうに会話が弾んでいる様子が見られました。</p> <p><夏(6～8月)：おぼろ汁・穴子の押し寿司・おくずかけ></p> <p>夏は生姜とおぼろ豆腐が入りさっぱりして食べやすいおぼろ汁に、夏バテで体力が落ちてくる頃に穴子の押し寿司、そしてお盆の時期にはまさにこの季節に食べられる郷土料理のおくずかけを作って食べました。</p> <p>春は、参加してくださる保護者の方が重複することが多かったのですが、奮発して穴子の押し寿司を作った会には今まで参加がなかった保護者の方とも一緒に作ることができました。</p>		

<秋(9~11月)：しそ巻き・ずんだ茄子・おくずかけ・芋煮・鮭の粕汁>

9月は残暑厳しい中畑で大きくなったシソを使ったしそ巻きに、この季節に味が凝縮される茄子を使ったずんだ茄子、やかまし村の定番メニューとなったおくずかけを保護者の方々と作りしました。秋も深まってきたころには、園庭で親子芋煮会を開き、宮城風と山形風の二種類の芋煮を各県にゆかりのあるお母さんに作り方を教わりながら作りしました。

春・夏と郷土料理を作りながら保護者の方の出身地を聞いていたところ、山形県出身の方がいらしたので、芋煮のレシピなどを聞き、芋煮会当日にその方のお子さんが在籍しているクラスの他の保護者の方々と芋煮などの情報を共有しながら調理をしていました。

<冬(12~2月)：おくずかけ・こづゆ・じゃっば汁・いがめんち・きりたんぼ鍋>

2017年最後の郷土料理として定番のおくずかけを作りしました。年明けには、福島県の郷土料理であり、お祝い事の時に食べられているこづゆを新年のお祝いとして作って食べました。2月には青森県の郷土料理であるじゃっば汁に入る鱈を一尾丸々子どもたちの前で捌いて頂きました。最後に、秋田県の郷土料理であるきりたんぼ鍋を、比内鶏のガラからダシを取りきりたんぼは米を潰すところから保護者の方々と一緒に作りしました。





献立表に毎月載せている郷土料理を見て、青森県出身の保護者の方が声を掛けてくださったので、材料や作り方などをご実家のお母さんに聞いてもらい、当日も参加していただきながら、いがめんちを作りしました。参加してくださった他の保護者の方も、東北地方以外でもレシピを募集していることとお話すると、今度新潟の郷土料理を教えてくださいという話をしてくれました。



考察・今後の展開	<p>郷土料理を保護者の方々と一緒に作り、本来は郷土料理を知ってもらう機会としてお手伝いを募集していますが、郷土料理を知ってもらうことはもとより、一緒に郷土料理を作る中で保護者同士の交流が盛んになっている様子が見られました。郷土料理に参加した保護者の方に出身地を聞いて、その後その地域の郷土料理のレシピを聞き、教えてもらいながら調理をすると、自然と保護者間で話が弾み、料理を始め子育ての悩みなどを共有できる場となっているようでした。</p> <p>今後の取り組みとしましては、今年度は2人の保護者の方に郷土料理を教わるなど協力していただけだったので、この二人のメニューを引き継いで作っていけるとそこからさらに輪が広がり、より保護者が主体的に参画できる活動になるのではないかと思います。また、郷土料理に入りづらいと感じている新しい保護者の方にも積極的に声掛けをして、より多くの方に郷土料理作りを楽しんで欲しいと思います。</p>
----------	---

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	学校法人七郷学園 七郷幼稚園		
連携機関・団体	仙台市私立幼稚園連合会		
取り組みの名称	稲の生長を知る ～苗からご飯になるまで～	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>1. 日 時 平成29年5月から30年1月</p> <p>2. 対 象 年長児65名(男35名 女30名)</p> <p>3. ねらい 地域性を生かしてお米を苗から育て、生長の仕方や食するまでの過程を知る。</p> <p>4. 実践内容 〈5月～6月〉(田植え見学・田植え経験) 地域性に触れながら、近くの田んぼまで田植えを見学しに行った。昔は1つひとつ手で植えていたが、現在はコンバインという機械で一気に植えられることを知った。泥遊びをするときの土よりも色が黒く、柔らかいことが分かった。最初に植えた苗は「手のひらサイズ」であることに気が付いた。</p>   <p>〈7月～10月〉収穫(幼稚園のミニ田んぼ) 「手のひらサイズ」だった苗がどんどん大きくなり、子どもたちの背丈程まで大きくなった。夏休み頃には、お米に白い花が咲くことを発見! すずめが米を食べに来たり、だんだん重くなって垂れ下がるようになってきたことに気づき始めた。昔のように鎌を使って稲刈りをした。みんなで「採ったぞー!」</p>  		

〈12月～1月〉(園生活)

割り箸を使って、お米を1粒ずつ脱穀した。「これでもう食べられるね」「まだ食べられないの?」とお米を食するまでの長い道のりを改めて実感する子どもたちがいた。

「米の皮は・・・もみ殻って言うんだよ」と調べて教えてくれる姿が見られた。「どうやったらもみ殻はとれるかなー」「割り箸でつぶすと良いよ」「すり鉢を使うと早いよ」など子どもたち同士で試行錯誤しながら脱穀をした。その後、年長組全員で炊飯し、頂いた。



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	学校法人支倉学園 めるへの森幼稚園		
連携機関・団体	仙台市私立幼稚園連合会		
取り組みの名称	はじめまして！オクラさん！	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>1. 日時 平成29年5月～10月</p> <p>2. 対象者 年少児ひかり組36名（男児18名・女児18名）</p> <p>3. ねらい：オクラを種から育てることで初めて見る野菜にも興味を持ち、食べることを楽しむ。</p> <p>ひかり組では、給食にでてくる野菜が苦手な幼児も多いため、野菜を身近に感じる環境づくりを考えた。「育てる・見る・触る・調理する・食す」このような経験をし、食べたことのない野菜も身近に感じ、楽しくおいしくいただくことができるのではないかと思い、この活動を取り入れた。</p> <p>4. 実践内容</p> <p>①畑を耕し、種を植えてみよう！</p> <div data-bbox="427 1191 858 1482" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="975 1059 1366 1167" data-label="Text"> <p>ふかふかの土になーれ！ ミミズさんいる！</p> </div> <p>みんなで畑を耕したあと、種を植えた。オクラの種を見せると「種って小さい！」と驚いたり、水やりをしながら「大きくなーれ！」と畑に声をかけたりする姿がみられた。オクラが大きくなったら、「オクラパーティーをしよう！」と収穫できることを楽しみにしている。</p> <p>②収穫しよう！</p> <div data-bbox="951 1543 1382 1834" data-label="Image"> </div> <p>夏休みあけにできていたオクラを収穫。逆さまに生長していたり、触るとチクチクすることに気づいたりしていた。</p> <div data-bbox="448 1800 922 1908" data-label="Text"> <p>オクラって逆さまにでてくるんだね！なんかチクチクする</p> </div>		

③よく見て、よく触って、オクラを描いてみよう！



ふさふさしてる！

オクラに触れたことがない子が多いと感じ、よく見てよく触って感じたことを表現できるように観察画を行なった。オクラを実際に育て、身近なものとなったからこそじっくりと観察し、のびのびと描くことができたのではないかと思う。オクラを身近に感じられたところで、次は食につなげていく環境を整える。

④包丁を使って、スープを作ろう！



オクラって星の形してる！
なんだかネバネバしてる！
オクラは種も食べられる！

園生活で初めて包丁を使った活動を取り入れた。自分で調理することの喜びや育てたオクラを食べる嬉しさをたくさん感じている様子だった。普段は野菜が苦手な子どもがいるが、オクラのスープは完食している子どもが多く見られた。自分たちで育てた野菜ということで、いつも以上に興味を持ち、緑の野菜も意欲的に食べられたのではないかと考える。

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市保育所連合会給食会委員会		
連携機関・団体	仙台市ガス局営業推進部営業企画課		
取り組みの名称	仙台市保育所連合会調理実習 「うす味でおいしい子どもの食事」	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>1. ねらい 保育所給食の中により多く「大豆・大豆製品を使用した献立」をとり入れるため、新しいメニュー、調理方法を知り、献立作成に活かし、実践につなげる。</p> <p>2. 講師 仙台市ガス局営業推進部営業企画課 ガスサロン栄養士</p> <p>3. 実施日 平成 29 年 8 月 22・23 日、9 月 6・7 日 13:30~17:00</p> <p>4. 対象者 仙台市の認可保育所（園）の給食担当者（仙台市保育所連合会）</p> <p>5. 参加人数 72名</p> <p>6. メニュー <ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉と根菜のつみれ揚げ〜カレー風味 ・根菜の和風ミルクスープ ・刻み昆布とツナの和風ポテトサラダ ・切干大根と野菜のかみかみサラダ ・パプリカのスチームケーキ ・ずんだみるくプリン </p> <p>7. 参加者の感想 <ul style="list-style-type: none"> ・食材の持つ味を生かして薄味でもおいしく感じることで献立を実践し、学ぶことができた。 ・野菜の組合せや風味付けのポイントが解り、保育所の給食にも取り入れやすいメニューで参考になった。 </p>		



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	公益財団法人みやぎ・環境とくらし・ネットワーク (MELON)						
連携機関・団体							
取り組みの名称	ネオニコチノイド系農薬の危険性を広める紙芝居の上演	仙台市食育推進計画 推進の柱	<table border="1"> <tr> <td>①</td> <td>②</td> </tr> <tr> <td>③</td> <td>④</td> </tr> </table>	①	②	③	④
①	②						
③	④						
日時・内容	<p>●概要</p> <p>強い効果で、且つ長期間にわたり影響を与え続けるネオニコチノイド系の危険性を分かりやすく伝えるために、紙芝居を作製して上演した。1冊目は農薬の存在や使う目的、農薬使用の裏側にある生態系への影響などを盛り込み、2冊目は家庭内で使われているネオニコチノイド系農薬について呼びかけをする内容で作製した。</p> <p>●実施時期・回数等：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 9月2日（土）長町紙芝居フェスティバル ➢ 9月16日（日）田んぼの生きもの調査 ➢ 9月23日（土）MELON フェスタ ➢ 12月10日（日）環境フォーラムせんだい2017 <p>●参加者数・状況等</p> <p>のべ100名程度への上演、及びブースでの解説や交流、紙芝居の展示などを実施。9月16日の生きもの調査では、ネオニコチノイド系農薬を使わずに米作りを行なう生産者の田んぼで調査を行ない、生産者から直接話を伺うだけでなく、紙芝居の上演も行った。</p> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap;">       </div>						

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	公益財団法人みやぎ・環境とくらし・ネットワーク (MELON)		
連携機関・団体	オーガニックウィーク実行委員会（朝市・夕市ネットワーク、特定非営利活動法人環境保全米ネットワーク、せんだい食農交流ネットワーク、公益財団法人みやぎ・環境とくらし・ネットワーク）		
取り組みの名称	オーガニック・ウィーク・センダイ 2017 「オーガニックを仙台で楽しもう～オーガニックを味わい、感じ、未来を変えよう～」	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>●概要：映画上映、生産者との交流ブースの設置、オーガニック検査員の講演などを通じ、オーガニックとは何か、また食べ物だけではない身の回りにあるオーガニックなものを知ってもらい、宮城県内でオーガニックの農作物・加工品を生産・加工・販売している個人・団体を紹介し、オーガニックをライフスタイルに取り入れるきっかけ作りの場を提供するイベント。</p> <p>●期間：2017年11月3日（金）～11月12日（日）</p> <p>●開催日：2017年11月11日（土）</p> <p>●参加者：48名</p> <p>●内容：一般には知られていないファッション業界の裏側にスポットを当てたドキュメンタリーDVDを上映。安価な服が手に入る一方、その服を生産している人々の過酷な労働条件・状況、環境汚染が問題となっていて、世界で起こった事故などを事例に挙げながら「服に対して本当のコストを支払っているのは誰か？」という問題を提起する内容のものだった。また、オーガニック検査員の講演を行い、綿花と綿操り機の紹介、操作体験などを行った。その後、講師と生産者の方々とのトークセッションを行いオーガニックに対する様々な意見交換がなされた。</p>		



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	公益財団法人みやぎ・環境とくらし・ネットワーク (MELON)		
連携機関・団体			
取り組みの名称	仙臺農塾～大人の食育プロジェクト～	仙台市食育推進計画 推進の柱	
日時・内容	<p>●概要：働き盛りの20～30代の社会人を対象に、「大人の食育」「次世代への継承」「宮城のこだわりの食と農を応援する」「震災復興」という4つの目的をもって実施している連続講座。主に仙台市内の飲食店を会場に、美味しい食事を味わいながら、生産者や加工業者などから「現場の話し」を聞くことができる。</p> <p>●仙臺農塾 Vol.5 第5回 「美味しいハムの選び方」</p>  <p>○日 時：2017年4月12日（水）19:00～21:00 ○場 所：一軒家居酒屋大町へそのを ○ゲスト：高崎かおりさん（有限会社ジャンボン・メゾン） ○参加者：31名 ○内 容：岩出山にある手作りハム工場の有限会社ジャンボン・メゾン代表取締役の高崎かおりさんをお招きして、食肉加工の現場について、また食品についてのこだわりについて話しがあった。東日本大震災後、家業をついだ。工場の作り手は全員女性で、一頭から20セットしかできない限定品を作られている方。製品は余分な添加物を加えず、脂肪の中でも味が落ちるリンパ部分を取り、その部分の廃棄費用は、製品に上乗せしていないとのこと。また、氷温熟成の製法、温度管理、同じ重さ仕分ける難しさなどを話された。参加者同士、講師と参加者と直接ふれあいの機会が増え、楽しい雰囲気でも学ぶことができた。</p>		

●仙臺農塾 Vol.5 第6回

「日本食の基本 出汁、削りの旨味～意外と種類があるんです～」



○日 時：2017年5月17日（水）19:00～21:00

○場 所：自遊庵ねぎぼうず

○ゲスト：濱口 利文さん（有限会社まるご食品 専務取締役）

○参加者：27名

○内 容：有限会社まるご食品専務取締役の濱口利文さんに伝統的な「日本食」の「出汁」について語ってもらった。食について学ぶ中で「出汁」の重要性に気付いて、静岡県で削り節、鹿児島県で鯉節について学んだ後、名取で家業を継がれた方。実際の削り節を手に取りながら、削り節ができるまでの工程を詳しく教えてもらった。扱う魚の種類や加工方法によって味や、風味、香りなどに違いがあり、当日の料理にもマグロ節、サバ節など普段触れることの少ない7種類の削り節を使った出汁が使われた。そのほか鯉節の削り方、製法、成分、生産地、起源や歴史など広範囲にわたって日本食を支える「出汁」についてのお話があり、テーブルを囲んで賑やかに交流していただいた。

●仙臺農塾 Vol.5 第7回

「山の恵みと保存食～人の知恵が生んだ美味しさのひみつ～」



○日 時:2017年6月7日（水）19:00～21:00

○場 所:kaffe tomte (青葉区立町 18-12 ライオンズマンション西公園第3 103)

○ゲスト:宍戸志津子さん（丸森町の生産者・野菜ソムリエ）

○参加者:19名

○内容: 小学校などで食育活動され 野菜ソムリエとしても活動している丸森町在住の農家穴戸志津子さんをゲストに迎え、丸森町内の景色などの紹介ムービーも上映され、丸森町内の春と冬の景色や、伝統的な地織りの様子など、丸森の魅力が詰まった映像で、“今すぐ、丸森に行きたい!” そんな気持ちを引き出す作品だった。

話題の「干しヤーコン」も提供され、作り方なども紹介され、デザートにもヤーコンを生かしたものが提供された。意外な組み合わせに参加者も少し驚いていた様子だった。

会場の kaffe tomte の代表を務める相原さんから、提供いただいたお料理の解説を頂いた。参加者からは「シェフの想像力とアイデアとワザに感動しました!」といったコメントもあり、食材に対する愛情とこだわり、そして丁寧な調理が印象的な回であった。参加者の皆さんは、食材の美味しさを香り、見た目、味、食感、歯ごたえなど、五感で楽しんでいた様子だった。

●仙臺農塾 Vol.6 第 1 回

「椎茸がつなく、里山今昔物語」

○日時: 10月11日(水) 19:00~21:00

○場所: スターガーデン(仙台市青葉区中央 4-9-7 井上ビル 2 階)

○ゲスト: 芳賀裕さん(森のきのこ運営責任者)

○参加者数: 17 名

○内容: 登米市東和町で原木椎茸栽培を営むゲストを招いて、原木椎茸栽培を通じた里山との関わりや震災による影響、そこから生まれたつながりなどをお話しいただいた。メニュー全てにゲストの椎茸が使われ、参加者の満足度がとても高い講座となった。

ゆったりとした店内の中で、適度な距離感で良い雰囲気での開催となった。



●仙臺農塾 Vol.6 第 2 回

「自然に寄り添うお米作り～土と植物と、あとは人の手間だけ～」

○日 時: 11月8日(水) 19:00~21:00

○会 場: 地酒地料理 太左工門(仙台市青葉区国分町 2-15-2 グランパレビル 1 階)

○ゲスト: 太田俊治さん(無肥料・自然栽培実践農家 米の太田屋代表)

○参加者: 18 名

○内 容: お米をテーマに、無肥料・自然栽培での米作りに取り組む石巻の太田俊治さんをゲストに招いた。以前は少ないながらも農薬や肥料を使って米

作りをしていたが、米アレルギーの方や自然栽培に取り組んでいる方との出会いを通じ、自分も自然栽培での米作りに取り組むようになったとのこと。元々ササニシキを育てていたが作りづらいつ感じていた。そこで、ササニシキの祖先を育ててみたら何か分かるのではと思い、ササニシキの親の「ササシグレ」やその先々代にあたる「亀の尾」を育て始めたとのことだった。亀の尾は酒米として有名で、今回の講座でも堪能できた。

料理は、ゲストのお米をそのまま味わえるひとくち塩おにぎりや吟醸糰風味のしゃぶしゃぶ、お米のジェラートなどが提供された。



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	みやぎ生活協同組合		
連携機関・団体	JA みやぎ仙南 ねぎ部会		
取り組みの名称	JA みやぎ仙南「めぐみ野」ねぎ収穫体験	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>12月3日（日）、JA みやぎ仙南管内の角田市内の「めぐみ野」（産直）ねぎの圃場でメンバー53 家族 166 人が参加して「めぐみ野」ねぎ収穫体験を行いました。</p> <p>ねぎ圃場でねぎの抜き取りの収穫体験を行いながら生産者と交流しました。</p> <p>その後、自動皮むき機を使ってのねぎむき体験などをし、角田の「めぐみ野」品を使った、焼きそば、焼きネギ、豚汁のふるまいで、ねぎの旬の時期に美味しい「めぐみ野」ねぎを味わってもらいました。</p> <p>（尚、ねぎ抜き取り・詰め放題 1 袋 500 円 指定のビニール袋）</p> <div style="text-align: center;">   </div>		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台農業協同組合		
連携機関・団体	各小学校		
取り組みの名称	豆腐づくり講座	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>JA 仙台が事業展開している食農教育の一環として、地場産大豆を活用し管内に居住する小学生を対象に大豆から豆腐になるまでの一連の作業を体験できる「豆腐づくり講座」を行います。</p> <p>11月…2（木）・10・17・24日（3日は祝日の為、前日に） 12月…1・8・15日 1月…19・26日 2月…2・9・16・23日 計 13 日間</p> <p>（1）対象学年は3学年以上とします。 （2）1班 4～6名とし、最大 8 班、1 講座 35 名程度まで対応可能です。</p> <div data-bbox="437 1169 1385 2002"> </div>		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市宮城食生活改善推進委員会		
連携機関・団体			
取り組みの名称	「生活習慣病予防のための減塩推進スキルアップ事業（第2弾）若者世代」高校生	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>【事業のねらい】 「生活習慣病と栄養」の講話・実習を通し朝食欠食の解消、減塩を考えた献立・調理について理解を深める。</p> <p>【日 時】平成29年11月1日（水）10:00～12:50 11月7日（火）11:00～12:50</p> <p>【対象者】宮城広瀬高等学校 フードデザイン履修生徒</p> <p>【人 数】58名（3年1組28名、3年2組30名）</p> <p>【内 容】 学生のための食生活ガイド（テキスト）にそってプログラムを進めた。 ①事業説明 ②朝食欠食について ③野菜摂取について ④減塩について ⑤適正体重 ⑥食事の選び方 ⑦食事バランス ⑧調理実習 主食：いわしの蒲焼丼 副菜：五目きんぴら 汁物：豚汁（塩分測定）</p> <p>【理解したこと、大切だと思ったこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> 減塩について（19名） 栄養のバランスについて（15名） 朝食について（15名） BMIについて（3名） 野菜の摂取（4名） 食事の選び方（2名） <p>【感想】 調理では健康を目的ということだったので薄めの味付けかと思ったが、とても美味しかった。</p> <p>【従事者】 宮城総合支所保健福祉課 栄養指導員 1名 宮城食生活改善推進員 5名</p>		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市秋保食生活改善推進員会		
連携機関・団体			
取り組みの名称	食生活改善普及事業 (良い食生活をすすめるための料理講習会)	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>【日 時】平成29年7月14日(金)午前8時40分～午後2時00分</p> <p>【対象者】一般市民 50～70歳の女性</p> <p>【参加人数】15名</p> <p>【内 容】</p> <p>①講話</p> <p>②骨とカルシウムについて</p> <p>1) なぜカルシウムが必要なの？</p> <p>2) 骨を豊かにしよう</p> <p>3) 丈夫な骨を作ろう</p> <p>4) 上手なカルシウムのとり方</p> <p>③3-A-DAY</p> <p>1日3回(または3品)乳製品をとりましょう</p> <p>④調理実習</p> <p>〈献立〉アジアンコース</p> <p>①キーマカレー麺 ②ガドガド風サラダ</p> <p>③ラッシープリン～トロピカルソースがけ～</p> <p>今まで和食の献立が多かったので、今回のアジアンコースは中華風なのでより一層大変好評だった。</p>		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	公益社団法人 宮城県栄養士会		
連携機関・団体			
取り組みの名称	県民のための健康・栄養講座	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>日時 (1) 平成 29 年 8 月 4 日 午前 9:00~午後 14:00 (2) 平成 29 年 9 月 15 日 午前 9:00~午後 14:00</p> <p>場所 (1) 仙台市市民会館 (2) 富谷市健康福祉センター</p> <p>事業目的 第 2 次みやぎ 21 健康プランに基づき、当会員による 栄養・健康づくりに関する正しい情報提供の講話と、その 実践につなげられるよう調理実習を組み合わせた栄養講座を 開催し、生活習慣病予防と健康寿命の延伸を目指すことを目 的とする。</p> <p>事業内容 テーマ : 野菜の力で生活習慣病予防 『野菜を“たっぷり取るコツ”学んでみませんか♪ ~美味しく楽しく簡単に!野菜の力で生活習慣病予防』 講師 : 栄養士会会員 3名</p> <p>講 話:「野菜の力で生活習慣病予防」について 演 習:「あと 1 皿食べよう! 野菜をどのくらい食べたか?」セルフチェック</p> <p>調理実習:「野菜を“たっぷり取るコツ”をとりいれたメニューの提案 (実習メニュー) とうもろこしご飯(お茶入り)・根菜入りつくねハンバーグ カラフル漬け ・夏野菜スープ</p> <p>参加者 (1) 一般県民 22 名 (2) 一般市民 29 名</p>		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	公益社団法人 宮城県栄養士会		
連携機関・団体	宮城県歯科医師会、宮城県歯科衛生士会、宮城県柔道整復師会、宮城県言語聴覚士会、宮城県地域連携包括ケア推進課		
取り組みの名称	第 14 回 いい日いい汗栄養まつり	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>日時 平成 29 年 10 月 8 日 午前 11 : 00 ~ 午後 15 : 00</p> <p>場所 仙台市中小企業活性化センター</p> <p>事業目的 平均寿命の伸長と共に国民の健康水準は向上しているが、人口の高齢化、社会環境の変化に伴い、生活習慣病の増加が大きな問題となっている。また、宮城県は子供の肥満も多く、小児からの食生活の構築が重要となる。今年度は県民の幅広い年代の健康づくりの為に、ライフステージごとの栄養・食生活の分野から望ましい食生活や生活習慣などの理解を深めていただくことを目的とする。</p> <p>事業内容 各ライフステージに合わせた栄養コーナーブースを作成し幅広い年代の栄養相談や、食生活の大切さを県民の方に周知できるよう啓蒙活動を行なった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦～幼児期ブース フードモデルの展示、ベビーフードの配布 ・学童期ブース 飲料・お菓子に含まれる砂糖量に関するクイズや フードヘキサの配布 ・成人期ブース 野菜の計量体験、野菜ジュースやファイバーの配布 ドレッシングの活用法 ・高齢期ブース 介護食器の展示、介護食の試食、低栄養に関する資料展示 ・体組成計測 ・ステージイベント 		


栄養士養成大学学生による食育ステージ
各協会による体操など

参加者 一般県民 382名



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	公益社団法人 宮城県栄養士会		
連携機関・団体			
取り組みの名称	平成 29 年度「県民健康づくり公開講座」	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>日時 平成 29 年 10 月 8 日 午後 13 : 30 ~ 午後 14 : 30</p> <p>場所 仙台市中小企業活性化センター</p> <p>事業目的 東北メディカル・メガバンク機構にて実施されている ナトリウム・カリウムバランス測定を七ヶ浜と登米市で まとめた。各地域での取り組みの効果や現状を県民の方に 周知すること、野菜や食塩の取り方など食生活の改善につなげ ることを目的とする。</p> <p>講演会（公開講座） 演題 「日常生活におけるナトリウム・カリウムバランス評価についての試み」 講師： 寶澤 篤氏 東北大学東北メディカル・メガバンク機構 予防医学・疫学部門 個別化予防・疫学分野 教授</p> <p>参加者 一般県民 105 名</p>		
			




食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台白百合女子大学		
連携機関・団体	宮城県教育委員会		
取り組みの名称	みやぎ県民大学講座 「骨を元気にする -骨はからだの母親-」	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>骨は、強くしなやかにからだを支えている。骨は家族にとって母親みたいなものである。骨（母親）が元気であれば、からだ全体（家族全員）は元気になる。開催した講座は、元気な骨を維持するために、「骨と栄養」と「骨と運動」の2つについて、以下の4回に渡って実践的に学んでもらった。</p> <p>第1回 7月1日(土) 10時から12時 モデル弁当に、骨を元気にする栄養素はどのくらい含まれていますか？</p> <p>第2回 7月1日(土) 13時から15時 骨と関節のはたらきを知ろう 骨密度を測ってみよう</p> <p>第3回 7月8日(土) 10時から12時 実践編1：骨を元気にする献立を作ってみよう(調理実習)</p> <p>第4回 7月8日(土) 10時から12時 実践編2：骨を丈夫にする運動をしてみよう</p> <p>参加者 一般市民の方々35名</p> <p>内容（第3回目の講座紹介）</p> <p>骨量維持のために、食事から必要な栄養素を十分に摂取し、なかでもカルシウムの補給に心がけることが大切であるが、腸管でのカルシウム吸収を促すためにはビタミンDの摂取も重要である。高齢者、特に日常生活動作レベルの低下した高齢者のなかには、潜在性ビタミンD不足の人が少なからず存在するといわれており、カルシウム不足による骨粗鬆症などの罹患率の増加にはビタミンD摂取不足も関与している。</p> <p>そこで、今回の講座ではカルシウムやビタミンDの多い食事に焦点を当て、これらを多く含む食品を紹介しながら、献立実習を行った。参加者らの中には、骨粗鬆症予防にはカルシウムの多い食品に目を向けがちであったが、ビタミンDやC、たんぱく質も摂らなければならぬことを学んだようであった。</p>		

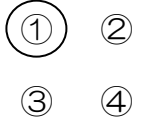
食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台白百合女子大学		
連携機関・団体			
取り組みの名称	防災食育講座「非常時の備えについて ー非常時に役立つ乾物の取り扱い方を マスターしようー」	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>東日本大震災から6年以上経ち、今では忘れ去られているように感じる。当時を振り返れば、学生や家族の安否に不安を抱き、交通のマヒ状態による帰宅困難、ライフラインは寸断、食べるものは家庭の中にあるわずかなものを利用して凌いだ。現代の私たちの生活はとても便利で、日頃はその便利さが当然であったが、当たり前のように電気を、水を、ガスを使っていたことや食べものもいつでも手に入っていたことが、そうではなくなった。ライフラインが少しずつ復旧し、食べものの供給が安定してきたときの感激はひとしおであった。そして、人それぞれが忘れかけていた「お互い様」「共生互助」の思いが強くなったようにも感じる。大変な状況を経験したことによって様々な教訓を得ることができたと思う。当時一般家庭において見直した食材は保存が効き、手間がかからない乾物類だったということから、また日常や非常時に重宝する乾物に焦点をあて家庭でできる非常時の簡単調理を実践させていただいた。モノを尊ぶ心を養うと同時に非常時の備えについて再確認してもらった。</p> <p>日時 平成29年6月24日(土) 10時から13時 場所 仙台白百合女子大学調理実習室 参加者 女子大学生27名</p> <p>内容 ビニール袋利用によるアルファ化米の変わりご飯、乾燥野菜や海藻類、きのこ類、スキムミルクを使った献立実習を行った。その一部を紹介する。参加者らは備蓄に心掛けることに意識づいたようであった。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>きのこドリア</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>切り干し大根スープ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>乾燥野菜入りおやき</p> </div> </div>		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	みやぎ生活協同組合生活文化部		
連携機関・団体	宮城大学食産業学群		
取り組みの名称	みやぎ生協学習会における講演「毎日の食事でおいしくアンチエイジング」～老化を遅らせる食事と生活の工夫～	仙台市食育推進計画 推進の柱	
日時・内容	<p>○取り組みのねらい： 健康寿命の延長をめざして、老化を遅らせる食事と生活の工夫について、実践しやすいように具体的で分かりやすいアドバイスを行った。</p> <p>○日時：平成 29 年 7 月 4 日 10:30～12:00</p> <p>○場所：フォレスト仙台</p> <p>○参加者：みやぎ生協メンバー142 名</p> <p>○内容：（講演）（講師：宮城大学食産業学部 准教授 白川愛子）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・加齢と老化の違い、アンチエイジングについて説明 ・老化を遅らせるために：抗酸化作用のある食品の摂取や糖化産物を増やさないために血糖値を高い状態にし続けないようアドバイス →具体的に摂取が望ましい食品やメニューを紹介 ・高齢期の低栄養と筋肉減少を防ぐため十分なたんぱく質摂取を推奨 ・筋肉維持のための運動の紹介、好奇心を持って頭を使う習慣の推奨 ・人、地域、社会と関わりを大切に→諸活動への参加、やりがいの重要性 ・おいしく食べ、楽しく、がんばり過ぎずに以上を継続することが大切 <p>（受講後の感想）</p> <p>受講後アンケートでは、「抗酸化作用のある食品を摂ると良いことが分かった」「分かりやすい内容で気負わずに実践できそう」等の意見が聞かれた。</p> <div data-bbox="651 1563 1241 1928" data-label="Image"> </div> <p>みやぎ生協「食と食育の取り組みニュース」より許可を得て転載</p>		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市市民局生活安全安心部消費生活センター		
連携機関・団体	みやぎ生活協同組合		
取り組みの名称	消費生活講座	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>日 時：平成 29 年 9 月 28 日（木）13：30～15：30</p> <p>テ ー マ：おいしく食べて災害に備える！ ～ローリング・ストック術を身につけよう～</p> <p>講 師：みやぎ生活協同組合 理事 薄木 芳美 氏 みやぎ生活協同組合 理事 砂金 亜紀子 氏</p> <p>対 象 者：市民</p> <p>参加者数：82名</p> <p>内 容：非常食の考え方や家庭でできるローリング・ストック、東日本大震災の経験から学んだこと、災害時の「非常食レシピ」を紹介するとともに、食品の期限表示や食品ロスの削減、災害における健康づくりの実践についての講演を行った。</p>		



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市健康福祉局保健所生活衛生課		
連携機関・団体	公益社団法人 仙台市食品衛生協会		
取り組みの名称	食品の安全性に関する講演会	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>○目的</p> <p>ノロウイルスによる食中毒は、年間を通して発生しており、大規模な集団食中毒も発生しています。また、本年度、全国各地で腸管出血性大腸菌 O157 を原因とする食中毒が多数発生しました。</p> <p>このような状況の中、市民に対し食中毒予防に関する正しい知識を提供することで、食中毒を未然に防止するための一助とするとともに、参加者との意見交換・質疑応答を通して、食品の安全性に関する理解を深めてもらうことを目的として講演会を実施しました。</p> <p>○実施概要</p> <p>1 日時：平成 30 年 1 月 17 日（水） 13:30～16:00</p> <p>2 場所：せんだいメディアテーク 7 階 スタジオシアター （仙台市青葉区春日町 2-1）</p> <p>3 内容</p> <p>（1）講演：「家庭でできる食中毒対策 ～ノロウイルス・O157を中心に～」 公益社団法人日本食品衛生協会 学術顧問 丸山 務 氏</p> <p>（2）仙台市における食品の安全性確保対策について 健康福祉局保健所生活衛生課長 山本 均</p> <p>（3）質疑応答</p> <p>4 参加者数：131名</p>		

食育推進事業取り組み事例



仙台市食育推進会議

主体名	仙台市子供未来局幼稚園・保育部運営支援課 萩野町保育所		
連携機関・団体			
取り組みの名称	トマトジャム作り	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>【日時】平成29年8月21日（月）</p> <p>【場所】保育室</p> <p>【対象者】2歳児 17名</p> <p>【ねらい】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・目で見て生長が分かりやすいトマトを栽培し、収穫も自分で経験する事で、苦手でも食べてみようという気持ちを持つ。 ・簡単なクッキングに参加し、収穫した物を食べる喜びを味わう。 <p>【内容】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 事前にトマトにちなんだ絵本を読み聞かせ、また、育てたトマトを思い出す機会を作り、活動に期待が持てるようにする。 ② 収穫したトマトをビニール袋に入れ、手で揉み潰す。 ③ 潰したトマト、砂糖、レモン汁を鍋に入れ、観察する。 ④ 煮込む事を話して保育士が鍋を運ぶ。 ⑤ 午後のおやつに給食室で煮込んだジャムをパンに塗って味わう。 <p>【感想】</p> <p>活動前のペープサートでトマトの花の色や実についてクイズ形式で出すと、生長の様子を覚えている姿が見られた。「青いのはまだ取らないよね」「赤くなってるのに取らないの？」等、日頃からよく観察しており、収穫にも意欲的だった。手で潰す活動中は、「ぐにゅぐにゅ」「やわらかい」という感触についての声や、種を見て「ごまみたい」、潰し終えたトマトを見て「ジュースみたい」という感想も聞かれた。</p> <p>出来上がったトマトジャムを食パンに塗って食べると、普段トマトが苦手な子も「甘い」「おいしい」と喜んで食べていた。活動後もトマトについて話題にする姿や、保護者から「家でも作ってみたい」という声もあり、後日実際に取り組んでくれた家庭もあった。</p>		



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市子供未来局幼稚園・保育部運営支援課 福田町保育所		
連携機関・団体			
取り組みの名称	だしを味わう	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p><日 時> 平成 29 年 10 月 6 日(金)</p> <p><場 所> 5歳児 保育室</p> <p><対象者> 5歳児 17名</p> <p><ねらい> ・だしのおいしさを知る。 ・だしに関心を持ち、味わう。</p> <p><内 容></p> <p>① 「だし」の作り方の説明を聞く。</p> <p>② 昆布やかつお節を見たり、においを嗅いでみる。</p> <p>③ 「だし」を取る様子を見る。</p> <p>④ 「だし」を味わう。</p> <p>⑤ 味噌を溶くところを見て、味噌汁を味わう。香りを感じられるよう配慮した。</p> <p><感 想></p> <p>子ども達は、鍋の中の昆布やかつお節の様子が変わっていく過程に興味を持って見ており、昆布だしにかつお節を入れた時には、「焦げたにおい」「花火のにおい」など、香ばしい香りや、色が濃くなったことを感じたようだった。</p> <p>「だし」を飲むと、「お茶の味」「いい匂いで美味しい」などの声があった。更に味噌を入れると、馴染みのある味になり、「さっきより美味しい」「あたたかい味」などと言ってより美味しいと感じていた子どもが多かった。活動後には、“濾す”ということやかつお節の元の形などを話題にしていた。</p>		
	 		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市環境局廃棄物事業部家庭ごみ減量課						
連携機関・団体	NPO 法人ふうとばんく東北 AGAIN、コープフードバンク						
取り組みの名称	フードドライブの実施	仙台市食育推進計画 推進の柱	<table border="1"> <tr> <td>①</td> <td>②</td> </tr> <tr> <td>③</td> <td>④</td> </tr> </table>	①	②	③	④
①	②						
③	④						
日時・内容	<p>まだ食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」問題や、食品を廃棄せず必要とする団体・施設へ無償提供するフードバンク活動に関する認知度の向上と、食の大切さを啓発するため、家庭や職場などで余っている食品を持ち寄り、フードバンクへ寄付する「フードドライブ」を実施。</p> <p>1. 啓発イベント「エコフェスタ 2017」でのフードドライブの実施</p> <p>(1)日時 平成 29 年 9 月 3 日（日）</p> <p>(2)場所 勾当台公園市民広場</p> <p>(3)実績 ・食品の提供者は約 50 名。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集まった食品は約 107 kg, 衣装ケース換算で 3 ケース分。 ・NPO 法人ふうとばんく東北 AGAIN を通じて寄付 ・食品ロスに関するパネル展示、ゲーム、アンケートを同時に実施  <p>2. 映画「0円キッチン」上映会でのフードドライブの実施</p> <p>(1)日時 平成 30 年 1 月 26 日（金）</p> <p>(2)場所 せんだいメディアテーク 7 階スタジオシアター</p> <p>(3)実績 ・集まった食品は 162 個（25.8 kg）衣装ケース換算で 1 ケース分。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・NPO 法人ふうとばんく東北 AGAIN を通じて寄付 ・食品ロスをテーマとしたドキュメンタリー映画の上映会参加者に呼び掛けて実施。映画上映前に食品ロス問題やフードバンク活動等を紹介。 						

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

<p>主体名</p>	<p>仙台市環境局廃棄物事業部家庭ごみ減量課</p>		
<p>連携機関・団体</p>			
<p>取り組みの名称</p>	<p>食への愛で、「捨てる」を減らす-モッタ イナイキッチン</p>	<p>仙台市食育推進計画 推進の柱</p>	<p>① ② ③ ④</p>
<p>日時・内容</p>	<p>食の 3Rにつながるレシピ（普段は捨ててしまう食材の使用、生ごみを出さない調理の工夫など）投稿と、食に関する様々な知識（地産地消や伝統食文化など）を提供するウェブサイトの運営を通じ、食品ロス削減に関する市民の気運醸成と食の大切さを再発見するきっかけづくりを進める。</p> <div data-bbox="448 840 1324 1052"> </div> <div data-bbox="448 1070 1173 1624"> </div>		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市経済局農林部農政企画課		
連携機関・団体	仙台市教育局健康教育課 仙台農業協同組合		
取り組みの名称	「ここで給食（学校給食連携事業）」 「まるっと仙台産農産物の日」	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>【目的】</p> <ul style="list-style-type: none"> 学校給食の食材として仙台産農産物を提供することで、児童生徒に地元でどんな農産物が採れるのか、学ぶ機会をつくれます。 食育や地産地消に対する理解を深めることで、家庭でも仙台産農産物を使った料理を食べる機会の増加を目指します。 学校給食における仙台産農産物の利用率向上を図ります。 <p>【対象】</p> <p>仙台市内全ての市立学校（学校給食実施校）186校</p> <p>【期間】</p> <p>平成29年11月～平成30年1月の間に、各校で1回ずつ実施 （「まるっと仙台産農産物の日」は11月13日～11月20日にて実施）</p> <p>【事業概要】</p> <ul style="list-style-type: none"> 「ここで給食」では、「仙台曲がりねぎ」、「仙台白菜」、「ちぢみ雪菜」などの特徴がある仙台産農産物を、各学校、各給食センターごとに食材として選んで献立に取り入れてもらい、市内の児童生徒約8万人に提供されます。 平成28年度からは、さらに地元の食材に親しんでもらうため、使用する野菜の殆どを仙台産でまかなう、「まるっと仙台産農産物の日」を実施しています。平成28年度の10校から規模を拡大し、平成29年度は29校にて実施され、約1万7千人の児童生徒に仙台産農産物がふんだんに使用された給食が提供されました。 児童生徒及び保護者には各学校が発行している給食便りや、市や農業協同組合のホームページ上で、「ここで給食」や地場産物などの情報を提供しています。 		

【実施の様子】



＜当日の給食で使用された市内産農産物＞
 ご飯：ひとめぼれ
 キャベツの即席漬け：キャベツ
 豚汁：人参、じゃがいも、白菜、大根、立ちネギ
 （味付けは仙台味噌を使用）

「まるっと仙台産農産物の日」

11月13日（月）実施 太白学校給食センター（南材木町小学校）の給食






給食センター栄養士と、生産者による講話

【まるっと仙台産農産物の日実施校】

11月13日 （月）	○単独調理校 七郷小学校 ○太白学校給食センター対象校 南材木町小学校
11月14日 （火）	○単独調理校 川平小学校、西多賀小学校、大倉小学校、仙台工業高校 ○太白学校給食センター対象校 長町小学校、八本松小学校、金剛沢小学校
11月15日 （水）	○単独調理校 六郷小学校、東仙台小学校、新田小学校、中野栄小学校、田子小学校 六郷中学校
11月16日 （木）	○単独調理校 岡田小学校、西山小学校
11月17日 （金）	○単独調理校 原町小学校、小松島小学校、折立小学校、大和小学校、燕沢小学校 沖野東小学校、上愛子小学校、大沢小学校、錦ヶ丘小学校、 南中山中学校、柳生中学校
11月20日 （月）	○単独調理校 岩切小学校




食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市中央卸売市場業務課						
連携機関・団体	仙台おさかな普及協会、やさい・くだもの普及委員会（主催）						
取り組みの名称	夏休み親子市場見学会	仙台市食育推進計画 推進の柱	<table border="1"> <tr> <td>①</td> <td>②</td> </tr> <tr> <td>③</td> <td>④</td> </tr> </table>	①	②	③	④
①	②						
③	④						
日時・内容	<p>日 時：平成 29 年 8 月 18 日(金)、19 日(土) 午前 5 時 50 分～午前 9 時 10 分 参加者：小学生とその保護者 延べ 27 組 74 名</p> <p>目 的 セリの様子など、普段は見る事ができない早朝の市場を見学することで、魚や野菜・果物の流通の仕組みを知り、市場の仕事に関心を持ってもらう。</p> <p>内 容</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 水産卸売市場見学（実際のセリの様子や様々な種類の魚を見学） ② 水産仲卸売場見学（マグロの解体見学およびマグロの切身の試食） ③ 青果卸売市場見学（実際のセリの様子の見学・果物の話と試食） ④ 市場の話（市場の仕組、魚・野菜・果物の話、手洗いなどの衛生管理の話） ⑤ 市場管理棟で朝食（新鮮な海鮮丼） <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="517 1312 865 1585">  <p>水産卸売市場見学</p> </div> <div data-bbox="962 1312 1327 1585">  <p>青果卸売市場見学</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="501 1648 865 1921">  <p>水産仲卸売場マグロの解体見学</p> </div> <div data-bbox="962 1648 1327 1921">  <p>手指の汚れの確認</p> </div> </div>						



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市中央卸売市場業務課						
連携機関・団体	全農宮城県本部 園芸部 JA みやぎ登米 園芸課 (株)宮果 仙台中央青果卸(株) (株)浅三 やさい・くだもの普及委員会						
取り組みの名称	やさい・くだもの普及会出前授業 「かぼちゃのおべんきょう」	仙台市食育推進計画 推進の柱	<table border="1"> <tr> <td>①</td> <td>②</td> </tr> <tr> <td>③</td> <td>④</td> </tr> </table>	①	②	③	④
①	②						
③	④						
日時・内容	<p>日 時：平成 29 年 12 月 15 日(金) 10 時 45 分～12 時 30 分 会 場：仙台市立高砂小学校 対象者：4 年生 70 名(2 クラス)</p> <p>目 的 小学校の授業の一環としておこなわれる出前授業において、宮城県の登米地区で「かぼちゃ」を生産している農家の方と、農産物の流通に係る方々が講師となり、児童生徒に対し、身近で、冬に「冬至かぼちゃ」として、よく食べられる野菜の「かぼちゃ」について、授業をおこない、「食物」と「食べることの」大切さを伝える。</p> <p>内 容</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 講師が、かぼちゃの種類、産地、品種等及び栽培や収穫、出荷までについて、DVD 映像により紹介し、説明をおこなった。 ② 当日の給食で、宮城県産のかぼちゃを使用した冬至かぼちゃが作られ、児童生徒が味わった。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;">  <p>かぼちゃの話</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>かぼちゃの農家の方の話</p> </div> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">  <p>出前授業当日の給食</p> </div>						


食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

<p>主体名</p>	<p>仙台市青葉区保健福祉センター 家庭健康課 宮城総合支所 保健福祉課</p>		
<p>連携機関・団体</p>			
<p>取り組みの名称</p>	<p>平成 29 年度 青葉区食育情報交換会</p>	<p>仙台市食育推進計画 推進の柱</p>	<p>① ② ③ ④</p>
<p>日時・内容</p>	<p>◆目的 保育施設で食育に関わる職員を対象に、講話と事例紹介を行い、施設の状態にあった食育を実践するための技術の向上を図る。また、情報交換を行うことで、地域における食育の推進とネットワークづくりの一助とする。</p> <p>◆対象 青葉区管内にある保育所（園）・認定こども園・せんだい保育室・仙台市小規模保育事業施設の食育担当者等</p> <p>◆日時 平成 29 年 12 月 11 日（月）14：00～16：00</p> <p>◆参加者数 45名</p> <p>◆内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・講演「乳幼児期だからこそできるプロジェクト型食育活動に向けて part2」 宮城学院女子大学 平本福子氏 ・事例紹介 ①保育所における食育計画・実施・評価について 仙台市折立保育所 栄養士 遠藤仁美氏 ②保育所における食育計画について～3 歳以上児の活動を中心に～ 杜のみらい保育園 栄養士 菅野翠氏 ・グループディスカッション <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>◆所感 昨年度に引き続き「食育計画」をテーマとし、PDCAサイクルの評価・反省（振り返り）に重点を置いた内容とした。アンケートより、「とても参考になった」「参考になった」が講話では 97%、事例紹介は 93%で好評だった。事例紹介では、実際の食育の様式を資料としたためイメージがしやすく「具体的でわかりやすい」「自園でも実践したい」という感想につながった。また、本会には管理栄養士・栄養士の他、保育士や保育教諭、調理師などが参加しており、多職種で意見交換することで課題に気づき、取り組みそうなことを見つけた様子だった。グループ分けも地域ごとに行ったため、地域の情報が共有され、ネットワーク作りの一助となった。</p>		



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市宮城野区保健福祉センター 家庭健康課														
連携機関・団体	鶴ヶ谷東マイスクール児童館・宮城野児童館														
取り組みの名称	母と子の食育教室	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④												
日時・内容	<p>○事業のねらい 地域の児童館等と連携し、母親が望ましい食生活を中心とした健康づくりについて学ぶ機会を提供し、食育を家庭で実践できるよう支援する。</p> <p>○対象 幼児とその保護者</p> <p>○募集方法 児童館のおたよりに募集記事を掲載</p> <p>○開催日等</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>開催日</th> <th>場 所</th> <th>内 容</th> <th>参加人数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5/24</td> <td>鶴ヶ谷東マイスクール児童館</td> <td>おやつづくり ミニ講話</td> <td>7組</td> </tr> <tr> <td>11/22</td> <td>宮城野児童館</td> <td>おやつづくり ミニ講話</td> <td>12組</td> </tr> </tbody> </table> <p>○教室の様子 5/24 鶴ヶ谷東マイスクール児童館</p>   <p>11/22 宮城野児童館</p>  			開催日	場 所	内 容	参加人数	5/24	鶴ヶ谷東マイスクール児童館	おやつづくり ミニ講話	7組	11/22	宮城野児童館	おやつづくり ミニ講話	12組
開催日	場 所	内 容	参加人数												
5/24	鶴ヶ谷東マイスクール児童館	おやつづくり ミニ講話	7組												
11/22	宮城野児童館	おやつづくり ミニ講話	12組												

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市若林区保健福祉センター 家庭健康課													
連携機関・団体														
取り組みの名称	出張健康づくり講座	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④											
日時・内容	<p>【ねらい】</p> <p>六郷地区は、メタボリックシンドローム該当者・肥満・血圧・血糖の有所見者率が各年代で高く、他地区と比較して高い傾向にある。昨年度行った「六郷地区健康づくり情報交換会」では、生活習慣の傾向として、運動不足や食生活の問題が挙げられた。</p> <p>若林区役所では、健康づくり講座・相談を実施しているが、六郷地区からは遠く、来所が難しいとの声もある。そこで今回、地域住民の健康意識向上を図ることを目的とし、六郷地区を会場に講座を開催した。</p> <p>【開催状況】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>日時</th> <th>会場</th> <th>対象</th> <th>参加人数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>6月16日(金) 13:30~15:00</td> <td>東六郷コミュニティセンター</td> <td rowspan="2">若林区内の 住民</td> <td>22名</td> </tr> <tr> <td>11月28日(火) 13:30~15:00</td> <td>六郷保健センター</td> <td>4名</td> </tr> </tbody> </table> <p>【内容】</p> <p>講話『気を付けよう！食べ物にひそむ「糖分」と「塩分」』 栄養指導員 体操「正しく覚えて効果アップ！お手軽ラジオ体操」 保健師 《希望者のみ》塩分測定体験（家庭のみそ汁を持参してもらい、簡易測定）</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>健康づくりを楽しく身近に感じてもらえるよう、できる限り体験型の内容を取り入れた。当日は参加者と対話しながら講話や体操を行い、「糖分、塩分のとりすぎに気がついた。これから気をつけようと思った。」との声も聞かれた。菓子・嗜好飲料に含まれる糖分量の媒体や、塩分測定に興味を持つ参加者が多く、盛り上がりを見せた。</p>			日時	会場	対象	参加人数	6月16日(金) 13:30~15:00	東六郷コミュニティセンター	若林区内の 住民	22名	11月28日(火) 13:30~15:00	六郷保健センター	4名
日時	会場	対象	参加人数											
6月16日(金) 13:30~15:00	東六郷コミュニティセンター	若林区内の 住民	22名											
11月28日(火) 13:30~15:00	六郷保健センター		4名											


食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

<p>主体名</p>	<p>仙台市太白区保健福祉センター 家庭健康課</p>		
<p>連携機関・団体</p>	<p>東北工業大学</p>		
<p>取り組みの名称</p>	<p>大学文化祭での食育の啓発</p>	<p>仙台市食育推進計画 推進の柱</p>	<p>① ② ③ ④</p>
<p>日時・内容</p>	<p>【日時】 10月14日(土)10:00~15:00 【会場】 東北工業大学 文化祭(八木山キャンパス) 【対象】 文化祭来場者 および大学生 【内容】 緑黄色野菜当てクイズ(クイズ参加65人, 資料配布170人) ① 緑黄色野菜とその他の野菜の実物を提示し, 緑黄色野菜を選んでもらうクイズを行った。 ② チャレンジした方には, 解答と野菜型の消しゴムをプレゼントし, 楽しみながら理解を深めることができた。</p> <div data-bbox="462 1064 890 1384" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>会場内のブースを借用 →</p> <p>配布資料とチャレンジの様子 大学生の他, 来場の家族連れも 悩みながらチャレンジ! ↓↓</p> </div> <div data-bbox="462 1411 901 1702" style="text-align: center;"> <p>緑黄色野菜に ○をつけよう!</p> </div> <div data-bbox="917 1411 1364 1702" style="text-align: center;"> <p>にんじん トマト ピーマン オクラ ブロッコリー</p> <p>中まで色が濃いのが緑黄色野菜です。βカロテンがたっぷり!</p> <p>きゅうり キャベツ 豆</p> <p>その他の野菜も 食物せんりがたっぷり どちらもバランスよく たべよう!</p> </div> <div data-bbox="917 1030 1364 1355" style="text-align: center;"> </div> <div data-bbox="462 1713 901 1993" style="text-align: center;"> </div> <div data-bbox="917 1713 1364 1993" style="text-align: center;"> </div>		

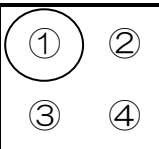



食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市秋保総合支所 保健福祉課		
連携機関・団体			
取り組みの名称	「運動と食事づくり講座」	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>○目的 自分の健康や、家族の食事について振り返る機会を持ち、「健康づくり」の実践につなげる。</p> <p>○日時、場所 平成29年9月8日（金） 9：30～13：00 秋保総合支所 分庁舎棟</p> <p>○内容 ①運動講座「自分で出来る運動を見つけましょう」 ②調理実習「家族が喜ぶバランスメニュー」 506 kcal 塩分2.9g ・焼きさけのタルタルソース ・かぼちゃとねぎのめんつゆ煮 ・ブロッコリーのカレーマリネ ・ごはん ・もやしのみそ汁</p> <p>※献立説明の際に、「バランスのよい野菜たっぷりメニューとはどのようなものか」についてミニ講話を行い、また、食べながら確認し合った。</p> <p>○対象 秋保地域の就学時前の乳幼児を持つ保護者 ※1歳6カ月より託児可</p> <p>○参加人数 保護者8人 子ども5人</p>		
			

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市泉区保健福祉センター 家庭健康課		
連携機関・団体	将監児童館, 将監市民センター		
取り組みの名称	食育講座「うきうきクッキング」	仙台市食育推進計画 推進の柱	
日時・内容	<p>【ねらい】 調理体験を通して食に興味を持ち,食の大切さや食事を作ることの楽しさを学び,健康的な食習慣を実践するきっかけ作りとする。</p> <p>【日時】 平成 29 年 6 月 14 日 (水) 14:30~16:45</p> <p>【場所】 将監市民センター 調理実習室</p> <p>【内容】 講話「バランス良く食べよう」 調理実習と試食 (えびとにらのチヂミ, ふわふわスープ)</p> <p>【従事者】 将監児童館職員 2名 将監市民センター職員 2名 保健福祉センター管理栄養士 4名(うち雇上1名)</p> <p>【参加人数】 小学1~3年生 23名</p> <p>【実施状況】 児童館,市民センター,家庭健康課の共催で実施し4年目。 調理経験の少ない低学年が対象の為、各グループに職員がつき、進行状況を見ながら調理実習を進めた。栄養講話では、3色食品群について学んだ。当日使用する食品のはたらきについて考えられるようになった児童もいたが、短時間での理解は難しい様子もみられた。 野菜を切る等難しい作業もあったが、子ども達は楽しみながら調理をしていた。チヂミを返す作業や、たまごをかき混ぜる作業など、「やってみたい!」と積極的に参加する児童が多く、終了後のアンケートでは、9割が「家でも作りたい」と回答したことから、調理への興味が広がったと思われる。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div>		

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市教育局総務企画部健康教育課		
連携機関・団体	株式会社 魚国総本社東北支社		
取り組みの名称	学校給食フェア	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>日時 平成30年1月22日(月)～26日(金)</p> <p>内容 1月24日～1月30日の全国学校給食週間にあわせ、市民のみなさまに学校給食について理解を深め関心を高めていただくことを目的に“学校給食フェア”を開催した。市役所の市民ギャラリーで給食にまつわる展示を行う他、市役所食堂では仙台市の学校給食で実際に児童に提供されている特色のある学校給食メニューを食数限定で提供した。</p> <p>(1) 学校給食に関連する展示 学校給食についての展示を市役所本庁舎1階ギャラリーホールにて実施した。展示内容は学校給食の歴史、年代別給食レプリカ、指導教材、掲示資料、給食標語など。</p> <p>(2) 学校給食メニューの提供 仙台市の小学校で実際に児童に提供されている特色のある学校給食メニューを、市役所食堂にて提供した。</p> <p>会場には、高齢者や家族連れ、学生のグループ、会社員など、幅広い年代の市民に会場いただいた。</p> <p>ギャラリーホールで行った給食の展示では、興味深く見学して行かれる市民の方もおり、給食を身近に感じてもらえる機会を提供できた。また、児童生徒の標語を掲示したため、保護者や学校関係者の姿も多く見られた。</p> <p>市役所食堂での給食メニューの提供については、市役所の職員の他、給食メニューを目当てに訪れる市民の方も多くおり、大変好評であった。給食の味に親しんでいただくと同時に、給食の意義や目的を伝える機会にもなった。</p> <p>今後も幅広く市民の方々に食育や学校給食についての関心を高め、理解を深めていただくため、継続して実施してまいりたい。</p>		

具体的な内容

(1) 学校給食に関連する掲示

○パネル展示

- ・ 仙台市学校給食のあゆみ（仙台市の学校給食の歴史を時系列で展示）
- ・ 年代別学校給食の様子（仙台市の学校給食の様子を昭和 20 年代から写真を中心に展示）
- ・ 食育の取組について

○“まるっと仙台産農産物の日” “ここで給食” についての展示（仙台市産の農産物を使用した給食提供を行う取組を紹介。当取組は JA 仙台，経済局農政企画課，健康教育課の連携事業として実施）

○学校給食センターの展示（ビデオ放映，掲示物，調理器具等の展示）

○伊達政宗公生誕450年を記念した給食の紹介

○平成 28 年度 学校給食センター対象校 学校給食標語優秀賞受賞作品の展示

○食育指導教材の展示（掲示物，はしの持ち方教材，さんまの食べ方教材等）

○年代別給食献立サンプルの展示

○特色のある献立の紹介



給食レプリカの展示



学校給食センターの展示



指導用教材



指導用教材



歴史パネルと給食標語



食育パネル，児童用白衣，震災時の給食

(2) 学校給食メニューの提供

テーマ「給食で学ぶ、日本の郷土料理」

実施日	学校名	献立
1/22(月)	川平小学校	〔青森県〕ごはん・十和田バラ焼き風・浅漬け・せんべい汁・りんご
1/23(火)	郡山小学校	〔愛知県〕ごはん・みそカツ・キャベツのじゃこ炒め・きしめん・みかん
1/24(水)	広瀬小学校	〔愛媛県〕たこめし・せんざんぎ・しそあえ・いもだき・みかん
1/25(木)	中野栄小学校	〔北海道〕ごはん・さけのみそバター焼き・コーン入りおひたし・いもだんご汁・りんご
1/26(金)	燕沢小学校	〔宮城県〕ごはん・豚肉の仙台みそ焼き・雪菜と白菜の煮びたし・温麺汁・りんご

*牛乳はつかず、おかずを増量

*学校給食で使用している食器で提供

*限定60食。1食530円(税込み)

展示 食堂内に給食標語や食育媒体の表示。給食内容を紹介する資料の配布。



1/22(月) 川平小(青森県)



1/23(火) 郡山小(愛知県)



1/24(水) 広瀬小(愛媛県)





1/25(木) 中野栄小(北海道)



1/26(金) 燕沢小(宮城県)

食育推進事業取り組み事例

仙台市食育推進会議

主体名	仙台市教育局生涯学習部生涯学習課		
連携機関・団体			
取り組みの名称	親子食育講座	仙台市食育推進計画 推進の柱	① ② ③ ④
日時・内容	<p>「早寝・早起き・朝食・あいさつ」などの子供の基本的な生活習慣の確立と生活リズムの改善を推進するため、PTAや社会学級等と連携し、親子で取り組む食育講座を開設し、家庭での食育の取り組みを推進している。</p> <p>○実施時期：平成29年6月～平成30年1月 ○対象者：小学生とその保護者 ○講座内容：食育に関する講話及び調理実習 ○平成29年度実績 42校実施 延べ開催回数60回 参加者数2,096名</p> <p>鶴巻小学校 親子食育講座 畑に実っている野菜を観察し、収穫後その野菜を使っての料理、かまどで新米を炊く体験を実施しました。</p>   <p>東仙台小学校 親子食育講座 大豆の種類・栄養についてのお話を聞いた後、大豆を使って豆腐や湯葉作りに挑戦しました。</p> 