

本学生の食育推進と地域社会への参画 第二報

藤井 わか子 保田 芳枝

Wakako Fujii. Yosie Yasuda

I はじめに

学生の食生活の改善と食に関する知識を高め、地域社会への食育推進活動を積極的に行うことで、将来栄養士として指導的立場になる本学学生の意識の向上を図ることを目的とし平成 19 年に美作大学生生活科学部食物学科、美作大学短期大学部栄養学科に食育サークルとして、学生を募り、活動を始めた。食育基本法の制定に伴う食育推進基本計画には、家庭・学校・地域等における食育推進、生産者と消費者の交流、食文化の継承、食品の安全性の確保などの取り組みが柱としてあげられている。また、地産地消と食育との取り組みの連携の重要性は、地域の食文化の保持や味覚の発達等の観点からも広く認知されてきた。

そこで、地元農業後継者育成事業の「まほらファーム」での農業体験を通して生産された地場農産物を使って、安全で栄養学的な食品（商品）の開発を目指す。開発した食品は、将来的に地元特産物として市場にだす。また、食材の生産から加工・販売、そして地場農産物の特性・効果を知り、伝えること等の過程で食育推進や地産地消、食文化の継承につなげていくことを目的とする。

II 主な活動内容

- ① 自分自身だけでなく他の学生の食育推進のために、食堂・学生ホールに栄養に関するポスター、レシピ、展示、卓上メモの設置を行う。料理講習会の実施
- ② 1 年間にわたり農業体験を通して、食品開発を行い、地産地消および食文化の啓発を行った。イモジャムの販売 ピオーネのシロップづけのレシピ作成
- ③ 津山地域の食育推進のイベントへの参画する。
株式会社マルイ エコネットワーク津山 県民局、農政局、地方銀行

- ④ オリジナル食育ダンスを製作し、各イベントで披露する。マルイ 北陵中学校
- ⑤ 広報活動 食育月間（学内） RSK 食育活動の紹介生出演（7/16）
- ⑥ グアムの小学校での食育授業

III 活動の報告

① 学内での啓発活動

- i, 学生ホールでの展示(ポスター、レシピ)



学生ホールと食堂に掲示、啓発活動

- ii, 学内学生を対象に行う料理講習会



学内学生を募り、料理講習会年に 2 回程度、楽しく料理に挑戦する。

- iii 大学祭での展示、サットシステムで食事指導



毎年、渡り廊下でサットシステムを使用して、来客者に食事指導を行う。コンピュータで処理し、直ちに結果を示し、プリントアウトし、お渡しする。

- iv, 学内のボランティア活動に参加

今年開発したイモジャムを使用したおさつパイを中心に

に パウンドケーキ、クッキーなどを販売、チャリティーに参加。



② 農業体験

i、5月と2月に恒例のイチゴ狩り

5月と2月にイチゴの花摘み、ランナーの剪定、イチゴの収穫、そして 苗植えも行っている。



ii、とうもろこしの種まきと収穫



今年、はじめてのとうもろこしの種まきをおこなう。2つか2つの種を穴にまき、砂を被せる。

iii、ぶどうの剪定、袋賭け、ぶどう狩り



iv 芋の苗植えと収穫

6月にはイモ苗植え、品種3種（ジェレット、マーブルスイート、金時）を分類して植えていく。収穫もそれぞれ行う。持ち帰りそれぞれいも料理を作る。



毎年、いもを使った料理を作成し、サークルで試食会を開催している。

また、昨年からも3種を使い、イモジャムの開発、そして、今年は販売を進めるために、いろいろなイベントで嗜好調査を行う。まほらのラベルをつけて売り出すことになる。

③ 津山地域の食育推進のイベントへの参画

i、4月9日商店街でさくら天国に参加。子どもたちと遊べる輪投げ、野菜スタンプ、野菜をどれぐらい1日に食べますかなど、野菜をしっかりとることをピーアールする。



ii、食育イベントでイモジャムの試食会

ジャスコにてし、食育イベント

おさつマーブルや芋ジャムの試食をしていただく。

○芋ジャム・米粉を使ってお菓子



○パン「おさつマーブル」の展示・試食



○芋ジャム3種の展示・試食



○試食後の検討



また、エコフェスタでも芋ジャム、パウンドケーキ クッキーなどを販売、またかむことの大切さや、野菜の食べ方の指導を行う。

iii、東京ビックサイトにて 地方銀行フードまほらのスタッフとして参加、ピオーネシロップ漬けの商品の紹介する。シロップ漬けレシピーを披露する。



ピオーネシロップ漬けを使用したレシピ作成、パンフレットを作る。



来客者にピオーネのシロップ漬けの味を試食してもらい、レシピ集を手渡す。

iv マルイ主催 「MARUI フードフェスタ 2011」に参加
テントの中では嘸むことの大切さ、野菜を使用したレシピ等を展示、説明、指導する。



v 食育ダンスの披露

オリジナル曲 「朝ごはんって So Good！」
イベントで披露し、子供たちに踊ってもらう。



vi 田植えと稲刈り。

JR 因美線美作滝尾駅での田んぼアート(寅さん田んぼ)の
田植えと稲刈りに参加

一列に並んで、苗を植えていく。



11 月には稲刈りをする。

みんなで協力して、寅さん田んぼの稲かり、ただちに脱穀していく。



vii グラムでの食育活動

国際交流とボランティアに参加。小学生に日本の食のはなしや箸のもち方の話をする。



IV まとめ

- ① 食育サークルとして年間通しての事業は定着し、部員の食育推進への意識が年々高まって行っている。
- ② 農業体験や田植え、稲刈りに参加することで、食の大切さや喜びを感じているようである。
- ③ イベントに参加させていただき、食育推進の大切さや、必要性を実感しつつある。
- ④ 農業体験で収穫したもいでモジャムや、ピオーネのシロップ漬けでデザートを開発することができた。さらに、芋ジャムは販売することができるようになる。