

美作地域における食育の推進と活動

Promotion and activities of food education in Mimasaka region

藤井 わか子¹⁾ 保田 芳枝²⁾

Wakako FUJII Yosie YASUDA

I 目的

平成17年には食育基本法が成立して、国は、5年にわたり、すべての都道府県における食育推進計画の作成・実施、食育の推進に関わるボランティアの数や、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を認知している国民の割合の増加、また、家庭、学校、保育所等での食育は着実に推進されている。しかしながら、生活習慣の乱れからくる糖尿病等の生活習慣病有病者の増加、子どもの朝食欠食、家族とのコミュニケーションない「孤食」が依然として見受けられること、あるいは高齢者の栄養不足等、食をめぐる諸課題への対応の必要性はむしろ増していると第2次食育推進計画で報告されている（内閣府）。わたしたちは、美作地域で食に関する意識を高め、平成19年度より地域での啓発活動が続けている。そこで、26年度の活動について報告いたします。

II 活動内容

1、津山地域の食育推進のイベントへの参画する。

北陵中学校との食育推進活動

1) エコネットワーク津山

いもジャムを使用したデザートを試食、販売

2) 勝英地方協議会と美作大学の交流会

3) マルイイベント田植え、稲刈り もつつき

4) 東苜蓿地区文化祭と健康福祉まつり

5) マルイ フードフェスタ

- ① 子供たちと触れ合う わなげ 野菜でペッタン
- ② 咀嚼の指導
- ③ 食育ダンスの披露

6) 【津山市中心商店街】～2015/1/31 津山街ナリエ 2014

7) グアムでの研修、食育活動

III 結果

平成22年から5年くらい参加している。

食教育（参加型）

幼児向け 野菜でペッタン

野菜のわなげ

小学生以上 咀嚼の大切さ

販売

食育クッキー

芋ジャムパイ

パウンドケーキ

芋ジャム(3種の芋でジャムを作り)官能評価をしていた。

ジェーレット、紅あずま、パープルスイート

2)勝英地方協議会と美作大学の交流会)

平成25年度



みまさか地美恵(ジビエ)
シカ、イノシシ解体処理の見学
シカ肉とイノシシ肉の焼き肉
もちつき
だんご汁
花の剪定



平成26年



- ① 地元の食材つかって料理作成
焼き肉 野菜サラダ 豚汁
パン(市販)
- ② レストランで参加者と一緒に食事
- ③ 花の寄せ植えづくり
学生も作らせてもらう。



3) マルイイベント田植え、稲刈り もつつき

5月22日 稲刈り

乾燥工程見学、BBQ、
Q、燻製会場はライ
スセンター



9月23日 稲刈り



12月14日 もつつきとリース作り



6)【津山市中心商店街】～2015/1/31 津山街ナリエ2014 12月6日

販売
おやつパイ
サツマイモスティック
芋ジャム

指導
野菜スタンプ
野菜バスケット
食事バランス



5) Maruiフードフェスタ2014に参加

指導

野菜のわなげ
野菜スタンプ(けいしゅん)
食事バランス
主食 主菜 副菜



販売

芋ジャム
3種の芋いも
嗜好調査



7) グラム研修 食育授業

2011年より食物学科の学生がグラムへ食育授業



IV まとめ

食育サークルとしては19年度から学内、学外と食育推進計がつつが定着してきている。

美作地域でのイベントに毎年参加することで、地域の人からの依頼があることから食育の重要性を理解してくださりつつかると考える。

地域での食育イベントへの参加の定着

子供への遊びを通しての食への興味を持ってもってきた。

地域の特産物を利用して芋ジャムや食育クッキーをつくり、イベントを販売した。

咀嚼のたいせつさや食事バランスの大切さを啓発した。

食育ダンスを通して朝ごはんの大切さの啓発した

グラムで小学生に食事の大切さ、日本食について食育指導を行っている。

以上のことから、美作地域への美作大学食育サークルの活動が認知されてきたと考える。