

# 食卓で明るく健康な家庭環境づくり(八戸市)



## 1 取組主体

名 称：八戸スローフード協会  
担 当 者：会長 河原木 督悦  
住 所：青森県八戸市鮫町字小舟渡平9 - 19  
電 話 ・ F A X：電話 0178-33-9133 FAX0178-33-9134  
E m a i l：office@hsv-hotel.com  
団体構成者・団体：八戸スローフード協会、八戸市内の小学校（2校）、小学生の親子  
栄養士、調理講師、東北農政局

## 2 地域の特徴

農産物は畑作野菜、果樹と種類が多く、近郊ではキノコなどの山菜も採れるなど食材が豊富にある。イカをはじめサバ等海洋資源に恵まれ、また水産物を使った加工食品も多くある。平成14年の東北新幹線開業により北東北の観光、流通の玄関口となっている。自然環境、観光、交通そして食品までバランスのとれた地域である。

## 3 開始時期と経緯・活動の動機等

平成18年に八戸市内4小学校を対象に児童向け食事アンケートを実施した結果（食材の理解不足、偏食傾向）を受けての小学生家庭における食育を推進する。

## 4 活動目標

小学生家庭の食育  
現在の食事の見直し  
食卓を通じての明るく健康な家庭環境作り  
月1回は食卓を家族全員で囲み、食について考える機会を持つ

## 5 活動概要

市内小学校2校に協力してもらい、40組程度の趣旨賛同家庭を募り、食育に関する講演会や料理教室に参加してもらおう。その後参加した親子と関係者の懇談会で家庭の食事について話し合い、明るく健康な家庭にするためにも食卓は家族で囲むよう働きかける。

**(1) 7月29日(日)**

三八親子食育講演会 in 鮫  
場所：鮫公民館  
演題：「子供の健康と食事」  
講師：東地区給食センター  
主任栄養士 風間永子 氏  
栄養士 藤倉佐知子 氏  
参加者：19名



**(2) 8月19日(日)**

郷土料理講習会 in 鮫  
場所：鮫公民館  
メニュー：ウニご飯、いちご煮、  
イカのカレー風味サラダ、  
ミカンゼリー  
講師：中村雅子 氏  
参加者：25名



**( 3 ) 9月15日(土)**

食育講演会

場所：三条小学校

演題：「ごはんのよさをみなおそう！」

講師：西地区給食センター

主任栄養士 田茂好恵 氏

参加者：22名



親子郷土料理教室

場 所：三条小学校

メニュー：ウニご飯、いちご煮、  
イカのカレー風味サラダ、  
ミカンゼリー

講 師：中村雅子 氏

参加者：22名



**( 4 ) 9月29日(土)**

親子合同懇談会

テーマ： 家族全員での食事・食卓作り  
食と明るい家庭作り

場 所：中央公民館

参加者：32名



(5) 1月19日(土)

### 食品表示等講演会

テーマ：もっと知りたい！食品のあれこれ

場所：八戸シーガルビューホテル

演題： JAS法に基づく食品表示について  
青森県産・国産と外国産食品の  
あれこれ

講師： 青森農政事務所地域第2課  
課長補佐 田中利美 氏  
食育インストラクター  
三島厚悦 氏

参加者：63名



## 7 これまでの成果

今まで知っていてもなかなか作る機会のない郷土料理を作ることができ、家庭で親子一緒に料理する機会を増やすことができた。講演会等で、改めて食の大切さを確認してもらうことができた。

## 8 課題・今後の構想

「環境 生育 栽培 食事」という一連の作業を通じて、「食に関する教育」を進めていく必要性を痛感した。その中で、環境への関心や生命への畏敬などが、自然と学習されて、子供達が本来持っているはずの、たくましい創造力が成長していけると思います。

家庭で食を通じて触れ合う時間が「食育」の原点という考え方で、今回企画実行してきましたが、まだまだ氷山の一角にたどり着いたかどうかであり、あらためて「食育」の抱えている問題の深さと重要性を認識しました。今後も小学生家庭をはじめ、地域の食育に協力していきたいと思えます。

## 9 助言者からのアドバイス

- ・ 子供に興味を持たせるきっかけ（クイズ、味比べなど）動機付けがよい。
- ・ 日常で食べることのない郷土料理の料理教室がいい。
- ・ 日常的なものを上手に取り入れて欲しい。
- ・ ワークショップの形態は、当事者が参加し、問題を意識づけするきっかけとしてよい。
- ・ 子どものうちから、舌への味覚を教える取組が大切。
- ・ 価格だけではない、本当の美味しい物を見るきっかけづくりとなった。