

優れた食文化を風化させないために！！

( 深浦町 )



## 1 取組主体

名 称：深浦町岩崎地区「食を楽しむ会」  
担 当 者 事 務 局：深浦町役場 農林課 吉田 緑  
住 所：深浦町大字深浦字苗代沢 8 4 - 2  
電 話 ・ F A X：TEL0173-74-2111 FAX0173-74-2889  
団体構成者・団体：深浦町岩崎地区「食を楽しむ会」運営会

## 2 地域の特徴

深浦町は、日本海と白神山地に囲まれた観光の町であり、四季を通じて多様な食物に恵まれ、山菜、きのこ、野菜などの保存技術にも優れ、これを活用した郷土料理も豊富である。

過疎化現象が進む中で、観光面の開発と自然との調和を保ちながら、第一次産業の振興を図っている。

## 3 開始時期と経緯・活動の動機等

岩崎地区は、牛乳のみの給食のため、児童は地域の食文化に、みんなで触れ合う機会が少なく、そのため、地域の子どもたちや親が、体験を通して、昔ながらの伝統の味と現在の食生活について様々な知識を習得し、考える必要がある。

6月下旬より事業を開始し、計5回の事業計画を立て、実施した。

## 4 活動目標

農作物の生育・収穫体験、町内で漁獲される水産物を知り、それを調理し食することにより、子どもたち及び保護者に対して、地産地消や旬の食材を取り入れた食事・昔ながらの郷土料理に触れる機会を提供する。そして、地元への愛着、生産者への感謝の気持ちを持ってもらう。人間の身体と食べ物の関係を知り、食べる事の大切さを知る。

## 5 活動概要

いわさき小学校児童、保護者を対象とし、みんなで食べることの喜びを学び、伝統の味を守るため、地元食材弁当などで地域の伝承料理を知り、味わい、収穫体験や調理実習を通じて、地域農林水産物の理解を促進する活動を、地域住民、教職員、本事業の委員の協力のもと、展開した。



## 6 活動内容

### (1) 6月21日(木)

児童85名と教職員15名に弁当を提供  
地元でとれる旬の食材を使用し、深浦町生活改善グループ員の協力で、全校児童85名・教職員15名の100名に手作り弁当を提供する。

メニュー：さつま揚げ・野菜サラダ・  
五目たまご・山菜煮物・みそ汁・  
りんごゼリー

地元食材：ほっけすり身・アスパラ・フキ・  
竹の子・わかめ・サニーレタス



#### < 食事の様子 >

- ・食事の前に、使用した地元食材について1つ1つ紹介した。
- ・嫌いな食材でも、みんなが食べているから、一生懸命作ってくれたからと、少しでも食べてみようとする姿が見られた。
- ・特に小食の子以外はほぼ完食し、足りない子もいた。足りない子は、残した子からもらっていた。
- ・「お母さんが作ってくれている弁当よりおいしい」「また、こんなのが食べたい」という感想があった。



#### < 成果 >

地元の食材を理解し、おいしく、楽しく食べてもらうことが出来た。

### (2) 9月4日(火)

6年生13名と保護者3名を対象に、栄養士による朝食の大切さの講演後、地元食材を使用した献立の調理実習を行う。

深浦町生活改善グループ員が講師になり、調理・試食を行う。

メニュー：あぶ玉どんぶり・野菜サラダ・  
じゃが芋とわかめのみそ汁

地元食材：夕陽トマト・かぼちゃ・  
じゃが芋・みそ・油揚げ・わかめ・  
白米



### (3) 9月6日(木)

5年生19名と保護者4名を対象に、9月4日と同様に講演、調理実習を実施する。

#### < 児童の感想 >

- ・将来、健康でいるためには、今のうちにしっかりとした食事をしないといけないということがわかった。
- ・野菜の切り方がわかって良かった。
- ・地元でとれた野菜はおいしかった。
- ・野菜が嫌いで、食べられなかった。これからは食べられるようにしたい。
- ・家ではお母さんが一人で料理をしているので大変だと思った。
- ・家では料理の手伝いをしないので今度は手伝いたい。
- ・深浦で採れる物がわかって良かった。



#### < 成果 >

- ・調理実習を行うことで、児童に普段食事を作ってくれている家族への感謝の気持ちと、手伝いをしたい・自分で作りたいといった調理への意欲を持ってもらうことが出来た。
- ・事前のアンケート調査による朝食欠食率（毎日食べる75%、食べない1%、食べない日がある24%）、理想的なメニューの紹介等により、朝食摂取への意識付けが出来た。

### (4) 10月2日(火)

1・2年生25名を対象に農産物収穫体験を行う。夕陽トマト、夏秋イチゴのハウスでは、品種名、生育の過程の説明を受け、農家の方の指導のもと、収穫を体験する。野菜集荷施設では、トマトが出荷されるまでの過程を見学する。

#### < 児童の感想 >

- ・トマトとイチゴをとれて嬉しかった。
- ・トマトとイチゴが植物だとは知らなかった。
- ・トマトもイチゴも甘くておいしかった。
- ・夕陽トマトは赤くなりすぎるとおいしくないということがわかった。
- ・トマトが赤いのはリコピンが入っているからだとわかった。
- ・これからもおいしいトマトとイチゴを育ててください。
- ・トマトの冷蔵庫が寒かった。



#### < 成果 >

楽しく収穫を体験し、同時に、農家の方への感謝の気持ちを持ってもらうことが出来た。

**(5) 11月29日(木)**

いわさき小学校体育館で全校餅つき集会を行う。5年生が手伝い収穫したもち米を使用し、地域の老人クラブ、保護者を招き、地域の住民の方々の協力のもと開催する。

地元に伝わる雑煮汁を深浦町生活改善グループ員が調理するほか、きな粉、ごまあん、おしるこなどで食する。

杵と臼で餅つきを行い、児童各自で餅を丸め、会食した。



**< 成果 >**

昔ながらの餅つきを経験し、地域の方との交流を図ることが出来た。

**(6) 12月11日(火)**

全校を対象にあおもり食育宣伝隊による、『食の大切さ』についての講演。

講演前に児童が、1年間の食育活動を振り返り、学んだ事や感じた事を発表してくれた。その後、食育宣伝隊の方々に規則正しい生活の大切さや、食品群とそれぞれの栄養素の役割、お箸の持ち方など、劇や講話で、楽しく分かりやすく話してもらった。最後に食育についてのクイズを行った際は、たくさんの児童が挙手し、積極的に答えており、1年間のまとめを行うことが出来た。



**< いわ小っ子の食の実態 >**

・朝食を毎日食べる・・・63人(75%)

・朝食を食べない日がある・・・21人(25%)

理由:時間が無い。好きなものが無い。食べたくない。家族全員が食べない。

・好きな食べ物・・・1位:カレーライス、2位:寿司、3位:肉

(その他:ラーメン、ステーキ、焼肉、サラダ、シチュー)

・嫌いな食べ物・・・1位:なす、2位:ピーマン、3位:トマト

(その他:玉ねぎ、漬物、ネギ、きゅうり)

あおり食育宣伝隊による、『食の大切さ』についての講演。



< 児童の感想 >

- ・劇がおもしろかった。
- ・映画を見せてくれて良かった。
- ・しょくぴ〜（食育宣伝隊）の3人が協力していたのが良かった。
- ・「早寝早起き朝ごはん」や、箸の持ち方、好き嫌いがいけないことなど、いろんなことがわかって良かった。
- ・クイズや劇などで教えてくれてわかりやすかった。

< 成果 >

- ・幅の広い「食育」について、わかりやすく、楽しく学習できた。
- ・最後には全児童が、「早寝早起き朝ごはん」の実行を約束し、終了した。

## 7 これまでの成果

- ・豊富な旬の食材や郷土料理に触れる機会を提供できた。
- ・バランスの取れた食事の摂取、規則正しい生活・朝食の大切さを理解した。
- ・生産者への感謝の気持ちを持ってもらうことが出来た。
- ・本事業を行ったことで、『食育』という言葉が児童に浸透し、意味を理解してもらえた。

## 8 課題・今後の構想

モデル事業では、いわさき小学校を対象としたが、今後、深浦町全町民への食育活動をどのようにして行うのか、課題としてあげられる。

## 9 助言者からのアドバイス

- ・学校給食は、生きた教材。食文化を伝える格好の機会である。
- ・地域の食材を知る機会にしている。弁当体験も、継続されればいい。
- ・食育宣伝隊や餅つきで高齢者の交流等、できることに様々取り組んでいる。
- ・生産、消費のほか、流通に関する体験が取り入れられている。
- ・地域の方がスタッフなので今後も続けられる。
- ・食育は当初、イベント的だったが、地に足をつけた活動に変化してきている。