



食にかかわる専門家をささえる NPO法人 食生態学実践フォーラム

〒169-0075
東京都新宿区高田馬場 4-16-10 コーポ小野 202
TEL & FAX : 03-5925-3780

2013.10.8 Vol.34

E-mail : forum0314@angel.ocn.ne.jp
http://www.shokuseitaigaku.com/

■第 29回子ども自身がリーダー になる食育セミナー報告 ハート♡を食事でプレゼント！

2013.8.7～8.8

社会福祉法人みなみかぜ(埼玉県川越市)

子ども自身がリーダーになる食事づくりセミナーが、社会福祉法人健友会の地域交流センターで、8月7日(水)・8日(木)の2日間開催されました。参加の子ども達は15名(参加予定の子どもの家に泊まりで遊びに来ていた友人も飛び入り参加)、地域高齢者7名、スタッフは共催の社会福祉法人健友会と医療法人西部診療所職員を含め延べ17名、学生スタッフ8名でした。社会福祉法人健友会理事長も家族チームの1員として毎回食事会に参加してくださいました。

今回参加した子ども達は、小学2年生から中学2年生、参加回数も初回から5回と学年、頻度ともに幅がありました。これまでと同様にグループ編成や子ども達の関わり方を工夫することで、同じ内容であっても学習内容が深まり、他者へ視野も広がる事が確認できました。今後さらに、同地域から参加の子ども達が増えることが予想されるため、引き続きプログラムの充実や募集方法について検討していくことの必要性を感じました。

参加学生レポートからは、自分自身の振り返りとして事前学習と、学内授業の積み重ねの重要性が指摘されていました。特に、学内授業の積み重ねについては、子ども達の発達段階に応じたはたらきかけ、栄養教育や献立作成、材料の目測力、材料発注についての力量不足等数多くの反省点が挙げられていました。これらは、子ども達の思いもかけない行動力や敏感な反応、真剣な学習への姿勢等に対する驚きと、それに的確に対応でき

ない自分へのもどかしさと反省からの指摘でした。筆者も、学生が挙げた課題を少しでも解決するために何ができるか、学生のトレーニングが昨年度以上に課題として残りました。

今回のセミナーが昨年度と異なるところは、共催者である社会福祉法人健友会に「食のセンター」が設立され、運営の主担当者をこのメンバー(地域包括支援センターも含め)に引き継ぎ、新たな協力体制で実施する動きがなされたことです。施設の通常業務にセミナーを組み込んでいただき、メンバーのチーム力により、セミナーが進行されました。また、田んぼ観察に田んぼの管理をしている田んぼ会メンバーと、田んぼに関わりのある東洋大学の教員の協力が得られたこと、撮影等の補助に学生が加わったこと等です。

本セミナーは理事長、副理事長を中心に、課題解決を図りながら他のメンバーは引き継がれつつ約30年間、継続して開催されています。今年度は、八丈島でのセミナーが開催されたこと、第22回日本健康学会学術大会自由集会で本セミナーについて報告させていただいたこともあり、食事づくりセミナーの今後については、体制も含めて検討の必要性を感じました。

一方、みなみかぜ地域交流センターを中心とした仲間が協力者として、さらに増える予感を感じました。これまでのネットワークを大切にしながら、みなみかぜのよさを十分に生かした食事づくりセミナーに発展していくことを、関係者と一緒に模索していきたいと思ったセミナーでした。

田中久子(フォーラム運営委員・女子栄養大学)

●2014年版食育カレンダー販売のお知らせ
今年も、「食育カレンダー」ができがありました。旬の食材をじょうずに活用しながら、「適量」で「バランス」のよい食生活を実現しましょう！ 1部 840円(送料別)、10部以上は、1部 650円(送料無料)で販売します。お申込は、メール、ファックスで。近日中にホームページにもアップ予定ですので、ホームページからもお申しいただけます。

●会費納入のお願い
2013年度年会費をまだご納入いただいていない方は、同封の郵便局払込用紙をご利用になるか、下記口座まで、お振込みをお願いいたします。[振込先] 三菱東京UFJ銀行・高田馬場支店(普) 1517770 特定非営利活動法人食生態学実践フォーラム 理事長 足立己幸

●事務局開室日のお知らせ
2013年度の開室日は、原則として火曜日と金曜日となります。開室時間は10:00～17:00です。不在の場合は、留守番電話にメッセージをお残しいただくか、ホームページの「お問い合わせ」からメールでご連絡ください。

●HP会員パスワード
食生態学実践フォーラム・ホームページの会員ページでは、ニューズレターのバックナンバーをカラーで見ることができたり、お弁当箱購入の特典もあります。会員パスワードは「0409forum」です。会員さま向けのページですので、口外されませんよう、よろしくお願い申し上げます。

■「さかな丸ごと食育」探検セミナー in 八丈島 2013 夏

2013.7.29～7.31

「さかな丸ごと食育」探検セミナー in 八丈島 2013 夏が、7月29日(月)～31日(水)の2泊3日で開催されました。この探検セミナーは、NPO法人食生態学実践フォーラムと一般財団法人東京水産振興会の共催で、東京都島しょ農林水産総合センター八丈事業所と八丈島漁業協同組合女性部の協力を得て実施されたものです。

参加者は、探検メンバーとして、全国から集まった小学生等11名(1年生2名、2年生3名、3年生1名、4年生1名、6年生1名、幼児3名、合わせて男5名、女6名)となり、中でも「豊海おさかなミュージアム」食育セミナーのリピーターの小学生が多く参加いたしました。その他保護者等8名、スタッフ8名の総計27名でした。

小学生は「さかな丸ごと探検ノート」、幼児は食育絵本の「ゆうやくんしまにいく」をテキストに、八丈島における「食の循環」魚の生態、生産から流通・加工、消費、廃棄、再利用を実地で視察、体験し、また島の産物を活用した食事づくりも含めた「さかな丸ごと食育」を学びました。

またセミナーでは、足立己幸理事長による現地栄養士等の専門家研修も実施されました。漁協女性部の人々は「3・1・2弁当箱法」の研修をし、3日目の閉講

式ではそれぞれにマイボックスの弁当箱をお礼に差し上げました。

3日間を通じてほぼ予定通り探検を行い、八丈島にて「食の循環」を体験的に学び、実践することができましたが、唯一残念だったのが海が荒れていたために、キンメダイの水揚げの様子を探検できなかったことです。

今回私自身は、家族ぐるみでの参加となりましたが、閉講式での藤井大地所長のご挨拶にあったように、八丈島では天候や海の様子が人々の生活にとっても影響を与えていること、そのため八丈島で生活する人々は、常に天候や海の様子を気にして生活をしていること等、とても大切なことを学びました。

また、探検メンバーの皆さんには、「さかな丸ごと食育」サポーターとして、八丈島で体験したことや学んだことを周囲に広めていってもらえたらと思います。

以下は、主な探検スケジュールです。

【1日目(7/29)】

八丈島空港着後、中型バスにて島しょ農林水産総合センター八丈事業所へ移動しました。

開校式では、足立己幸理事長の挨拶ならびに探検セミナーの趣旨説明、東京都島しょ農林水産総合センター八丈事業所藤井大地所長挨拶、八丈事業所研究員から八丈島の漁業や魚について説明、探検メンバー自己紹介を行いました。

探検ラリー①

くさや加工場(くさや加工場の見学、試食)→八丈島ビジターセンター(八丈島の自然や文化について映像と展示から学ぶ)→海岸(磯遊びをしながら貝を拾ったり海の生物を観察する)→民宿(八丈島の産物を活かした夕食・共食)→探検の振り返りと、明日の探検計画を立てて就寝。



【2日目(7/30)】

探検ラリー②

民宿(島の産物の畑を見学、畑で収穫した野菜を活かした朝食)→公民館(「3・1・2弁当箱法」をベースにした“からだ・心・くらしや地域にぴったりの食事作り”学習会、主菜づくりでは、漁協女性部にムロアジの捌き方を教わり、ムロアジハンバーグとトビウオのすり流し汁を作り、共食)→黄八丈織元見学→えこ・あぐりまーと(温室で熱帯植物を観察)→おやつタイム(八丈島で人気のソフトクリーム屋さん)→足湯(眼下に広がる海を見ながら八丈島の温泉で足湯)→あしたば農園(島しょ農林水産総合センターの職員によるあしたばの説明)→スーパーマーケット(売られている魚の種類や形態を観察)→民宿(バーベキューで主食・主菜・副菜の学習)→探検の振り返りと明日の探検計画を立てて就寝。

【3日目(7/31)】

探検ラリー③

民宿(朝食で主食・主菜・副菜の学習)→ふるさと村(江戸初期の民家や島太鼓を体験し文化を学ぶ)→八丈富士(八丈島の全景を見渡し、探検場所を再確認)→島しょ農林水産総合センター八丈事業所

閉講式では、足立己幸理事長からの修了証書とさかな丸ごと食育サポーターカード授与、探検メンバーの一言感想、藤井大地所長、振興会栗原修次長、足立己幸理事長それぞれからの閉講挨拶後に、八丈島の産物を活かした漁協女性部による「八丈島特製3・1・2弁当」で昼食・共食をし、漁協女性部に感謝状授与を行い、八丈事業所にて解散いたしました。

木村 恵(一般財団法人東京水産振興会)



「さかな丸ごと食育」探検セミナー in 八丈島 2013 夏

「さかな丸ごと食育」探検セミナー in 八丈島 2013 夏に参加した小学生の感想

探検メンバーの紹介

小学6年生(男・1名)・小学4年生(女・1名)
 小学3年生(女・1名)・小学2年生(男2名・女1名)
 小学1年生(男1名・女1名)・年長(女1名)
 年中(女1名)・2歳(男1名) 計 11名



探検日

2013年7月29日(月)～31日(水)

あしたば農園

木の間に植わっているあしたば。
 これが畑?



八丈島が、東京都って知ってた?
 八丈島のさかなを、私たちが学校
 給食などで食べているかもしれな
 いそうです。



「ぴったり食事作り」学習会

お弁当箱を使って自分にぴったりな食事を確認したよ。漁協女性部の皆さんと一緒にムロアジをさばいてハンバーグを作ったよ。



八丈富士展望台。
 探検した場所が一望に見える!

農林水産総合センター

あしたば農園

スーパーマーケット

くさや加工場

船見荘(宿)

大賀郷公民館

ふるさと村

足湯温泉

くさやおかわりして食べた!

底土海岸で磯遊び
 魚もいたよ。
 貝も拾った。

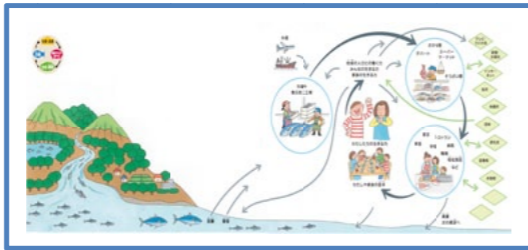
宿の食事で「主食・主菜・副菜」の学習
 今日の探検の振り返りも学びました。

気持ちよかった。
 八丈島は温泉が出るんだよ。

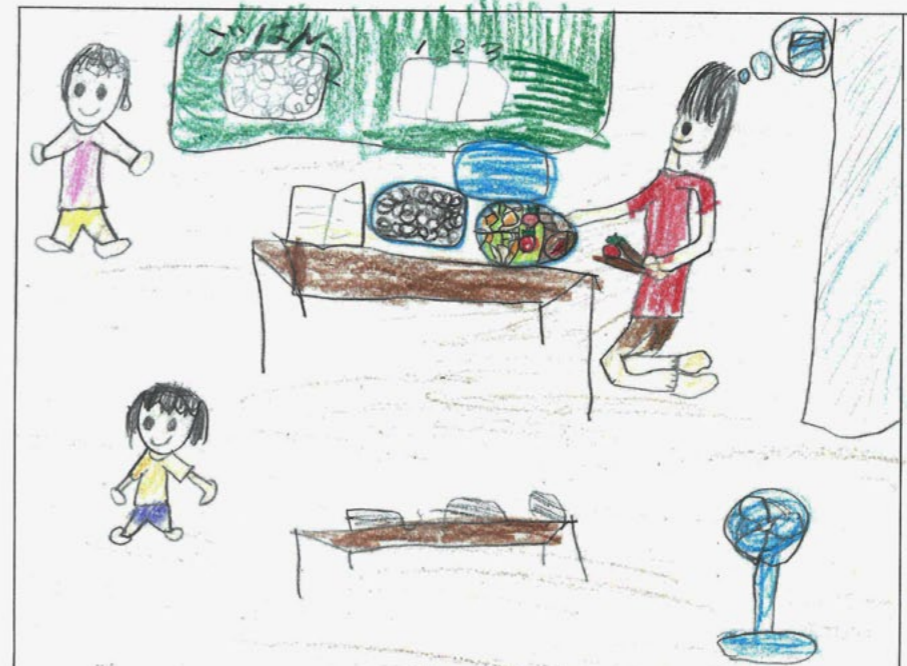
シルバー会のみなさんが島太鼓を教えてくださいました。伝統文化も学べたね。



いつも探検メンバーと一緒に楽しく食べたよ。「共食(きょうしょく)っていうのよ!」



私たちがどこを探検してきたかわかりますか?
 探検ノートで確認してね。
 探検の詳しい内容は報告書をご覧ください。



7月29(月)～31日(水) 水 1日 水 2日 水 3日 水 4日 水 5日 水 6日 水 7日 水 8日 水 9日 水 10日 水 11日 水 12日 水 13日 水 14日 水 15日 水 16日 水 17日 水 18日 水 19日 水 20日 水 21日 水 22日 水 23日 水 24日 水 25日 水 26日 水 27日 水 28日 水 29日 水 30日 水 31日 水

名前(ひらの えみ花)
 だい 八じょうじま
 わたしはおばあちゃんと妹と八じょうじまへ行きました。おばあちゃんの友だちと食レクセミナーにヤコンかするためです。しまでとれる魚のかこうじよを見学したり、足ゆに入ったりしました。しまでは「いらっ、しゃいませ」のことを、おしゃりやれと言おう言ばのちがいにびっくりしました。
 魚をつかてハンバーグやからあひを作れ、自分のように合、たおん、うは、こにつめる、を学んでもらいました。いろいろな学校からきているお友だちとあそびたてたのがうれしかったです。

