「幼稚園の食育講座」を開催しました！

北海道石狩振興局では、平成２９年１０月２４日（火）平成２９年度新北海道らしい食育推進事業（地域の魅力再発見食育推進事業）を活用し、「幼稚園の食育講座」により食育と地産地消を更に進める取組を行いました。

この取組は、昨年に引き続き２年目になります。今年は、札幌市南区の札幌市立もいわ幼稚園において開催し、園児と保護者合わせて約４０名の方に参加して頂きました。

午前１１時半に開会し、はじめにＮＰＯ法人北海道食の自給ネットワーク事務局長の大熊久美子さんに「うしさんをたべるおはなし」と題して園児と保護者を対象に講話をしていただきました。

ある肉牛農家との関わり事例をもとに、子牛が生まれる様子や母牛との愛情、肉牛農家の思いを交え、子牛が大きくなって肉になるまでのこと、牛は本来１０年以上生きられるのに家畜としては２年しか生きられないこと。そしてそれをいただいて子ども達が成長するんだということなどを話されました。
講話は、１０分ほどでした、園児達は真剣な目をして聞いていました。

その後、４つのグループになって、テーブルを囲み調理体験を行いました。幼稚園の畑でとれたじゃがいもを使って、「じゃがチーズ焼き」を料理研究家のこぐれあいこさんにご指導頂きました。

まず、洗ったじゃがいもの皮をむき、おろし金ですり下ろし、それをボールに移し、ピザ用チーズと小さく切ったウインナー、コーン、枝豆を入れて混ぜ、大さじで１杯ずつホットプレートにのせて焼きました。小さめにカリッと焼くことがポイントです。

チーズの焦げるにおいがホールに漂い、外はカリカリ中はもちもちで園児達も「おいしい！」と言いながら頬張っていました。

午後１時過ぎ、再び大熊さんから「幼児期に大切な食育」と題して保護者を対象に講話をしていただきました。

身体は食べた物でつくられること、体や脳にとって朝ごはんの重要性、噛むことで唾液の分泌が増え食べ物の消化・吸収が促進されることや、口内殺菌で虫歯や病気感染の予防効果があること、脳の活性化や骨格の発達などのほか、北海道食の自給ネットワークが取り組んでいる「食育講座」の一環で魚をさばくことについて、講師の漁師さんの話や参加した子どもの様子などを交え、はじめは魚を嫌がっていた子どもも講座が終わる頃にはすっかり馴れて、自宅で魚をさばくなど子ども達の自信にもつながっているという話がありました。

今回の食育講座に関連し、１週間に亘り、もいわ幼稚園の玄関に食育パネルの掲示と食育関係リーフレットや管内農産物等のパンフレットなども配置して啓発を行いました。

今回の取組を通して、地産地消や食育の意識が広がることを期待しています。

ＮＰＯ法人北海道食の自給ネットワークのＷｅｂサイト
http://jikyuu.net//

こぐれあいこさんの料理教室「まめまめキッチン」
http://aikoromanju.jp

石狩振興局の食育・食農体験の取組はこちらをご覧ください。
http://www.ishikari.pref.hokkaido.lg.jp/ss/num/syoku/syokuiku.htm

・「超!!旬ほっかいどう（石狩地域）」
http://plaza.rakuten.co.jp/machi01hokkaido/diary/?ctgy=23

・「いしかり育ちの食」
http://plaza.rakuten.co.jp/ishikarisodachi/