



# おおむら食育祭 —NIイオン

# 食育かわら版

「楽食」から元気で豊かな「おおむら」づくり  
市民が心身ともに健康でいきいきと暮らせるよう市では様々な事業をとおして食育を推進しています。

第6号  
平成24年2月

身近な場所で「地産地消」「郷土料理」「楽食」等に触れる機会を設け、多くの市民に食育を理解してもらうことを目的として、6月25日（土）・26日（日）の2日間、イオン大村店で食育祭が開催されました。

産直販売コーナーとして、おおむら夢ファームシユシユ、鈴田峠農園。食育関係団体による展示コーナーとして、大村東彼齒科医師会、長崎県栄養士会大村支部、県立大村城南高校。教育・体験ブースとして、おおむら夢ファームシユシユの「フレッシュバター作り」、カルビーの体験教室「お菓子について学ぼう!」、活水女子大学看護学部の「やってみよう! 楽しく身につく手洗いを!」を実施。楽しんで参加している多くの子ども達の姿がみられました。

また、各コーナーを回ると景品がもらえるスタンプラリーでは、たくさんの方の親子、買い物客の方の参加がありました。

各団体を取り組んできた、食育に関する掲示物を見たり、参加・体験をしたりと、子どもから高齢者まで楽しめるイベントを実施し、終日買物客で賑わいました。



# 長崎県立大村工業高等学校にて お米と魚に関する特別授業が行われました

長崎県立大村工業高等学校、2年生8クラスの家庭科の授業で、10月下旬から約3週間、九州農政局長崎地域センターと長崎市役所水産振興課の職員によるお米と農業、魚の授業がありました。

これは、コメの消費量がピーク時の半分にまで減少したことや、40年間で魚の消費量が20%減り、肉の消費量が倍以上になっている



いた後、魚とお米を使った調理実習がありました。

授業の最後に、「高校卒業後、自分で食事を選んで食べる人も増えてくるはず。食べたものが自分の体をつくっていく、お米やお魚をしつかり食べて健康で幸せになろうね!」と講師からアドバイスがありました。



状況などを、若い世代に理解を深めてもらうために計画したものです。

農水産業についての講話を聞いた後、

# 「よんなっせ食育協力の店」を利用しませんか?

市民の健康づくりと地元産品の消費拡大のため「よんなっせ食育協力の店」の登録制度を創設しました。

県が実施する「健康づくり応援の店」、「ながさき地産地消こだわりの店」に登録している店舗、大村産品の販売コーナーを設けている店舗が対象。食育に関する情報の提供や発信を行っています。

「外食したいけどエネルギーや塩分が気になる」、「栄養バランスのよい料理を食べたい」、「地元産の

新鮮野菜を買いたい」などと思っている方は、ご家族やご友人でお気軽にお立ち寄りください。のぼり旗(写真)が目印です。

現在、市内の13店舗が登録されています。お店の情報は市ホームページでご確認ください。また、登録を希望される店舗は、市ホームページで実施要領をご覧ください。



## 登録店舗

- 弁当・惣菜さかもと (桜馬場1丁目146の17)
- 居食屋タイニングペーパームーン (池田2丁目317の1)
- カリイカフェ菓 (黒木町58の7)
- 喰い処・飲み処・寿司一角 (久原2丁目999の10)
- 自然の味とるーす (東大村1丁目245の33)
- おおむら夢ファームシュシュ (弥勒寺町486)
- 肉のしまだ (本町448の1)
- アルパトロスⅢ (本町458 西沢本店大村店内)
- あをば食堂 (本町456の1)
- 小梅庵 (本町458)
- パフェ&レストランハワイ (東本町374)
- 株式会社やすなが (本町386)
- ジャスパーベーカーリーカフェ (久原1丁目465の1)



# 夏休み食育バスツアー

平成23年8月1日(月)市内小学生親子を対象に食育バスツアーを実施しました。参加者は23名。

地産地消を目的に大村市内での食育体験を実施しました。ツアー内容は、まつばらそばの会のボランティアの方々に講師をお願いしたそば打ち体験、ニチレイフーズ長崎工場内の工場見学です。そば打ち体験では実際にそば粉をこねるところから始め、親子が一緒になって、必死にそばを打っていました。そして、自分達で打ったそばをゆでてお昼ご飯として頂きました。子ども達からは「そばを薄く延ばすところが難しかった。」「切るところが難しかった。」「等の感想がありました。



工場見学では、

冷凍食品に関する講話、工場見学の衣服に着替えての工場見学、生クリームを使用したバター作り、工場内で生産されている製品の試食をしました。

また、製品が出来る上がる工程の見学のほか、冷凍食品を生産する工場ということもあり、冷凍庫が大きく実際に中に入って濡れたタオルが凍る様子も見ることができました。工場に入る前に着替え、ほこり取り、手洗い、消毒といったさまざまな工程を踏まなければいけないこと等、衛生面についても学習することが出来たようです。

保護者からは「子どもとの時間を持ててよかった」「地元でこのような体験が出来るとは思っていなかった」等の感想をいただき、地元の「食」に触れるというだけでなく、親子で楽しい時間を過ごしていました。



# 夏休み絵画コンクール

児童生徒、家族が食育について考え、意識を高める機会として、食育についての絵画を夏休みに募集しました。

市内小・中学校より53点の応募があり、作品は、10月に行われたおおむら健康福祉まつりにて展示されました。今後も食育推進活動等さまざまな場面で活躍予定ですので、皆様の目にも触れる機会があるかもしれませんね♪

いただきます!大村名産  
旭が丘小学校5年 芹川 瑠璃さん



そばをきるところ  
三浦小学校3年 片山 空さん



みんなでのごみを  
つくったよ、たべたよ  
旭が丘小学校3年 芹川 瑠璃さん



## 夏休み親子料理教室（7月・8月）

夏休み期間中、「朝ごはんを作ってみよう」「昼ごはんを作ってみよう」の2回シリーズで親子料理教室を開催しました。

講師には、長崎県栄養士会大村支部の先生を招いて、朝ごはんの大切さ、夏野菜を食べて夏の暑さに負けない、上手な野菜のとり方などを学びました。

保護者にサポートしてもらいながら、野菜を切ったり、炒めたり、こ



ねたり・・・と班の友達と楽しく調理しました。

「自分たちで作った料理は、おいしかったら」と満足気な子どもたちでした。

この経験が、料理の楽しさに繋がってくれるといいですね。

毎日料理をしてくれるお母さん達の苦勞が少しわかった一日でした。



## 食改さんの地区での活動

大村市食生活改善推進協議会は、今年度「慣れよう うす味 毎日元気」をスローガンに掲げ、地区別に減塩活動等の取り組みを実施しています。

写真は大村市で実施している集団健診の会場で、健診会場に来た方を対象に標準塩分濃度（0・9％程度）の味噌汁の試飲を実施している様子です。減塩のポイントや、作り方の説明・レシピの配布等も実施し、減塩の周知活動をしています。



（写真：大村市食生活改善推進協議会・中央地区）

## 食育活動の情報をお寄せください

皆様の地域、団体、学校等における食育への取り組みやイベントで、掲載可能な情報がありましたら下記までお知らせください。\*写真も大歓迎です。

発行元：大村市役所 国保けんこう課 健康支援グループ

TEL：53-4111 FAX：53-5572 E-mail：[kokuho@city.omura.lg.jp](mailto:kokuho@city.omura.lg.jp)

ホームページ <http://www.city.omura.nagasaki.jp/>