

食育イベント

おいしく食べて

げんきっこ



令和元年度事業報告  
～みんなですすめる食育～

石巻市食育推進キャラクター いしのまっき隊



さばまっき



こねぎまっき



とまとまっき

石巻市食育推進会議・石巻市健康部健康推進課

# これまでの経過

## ○平成27年2月 情報交換会

家庭・地域・各団体と連携してすすめる食育活動が出来ないか、意見交換



### 出された意見

食文化を継承していくために

(1) 若い世代に地域の老人クラブ等との交流の機会をつくる

(2) 地域の保育所や幼稚園、学校が地元の高齢者や団体から食文化を伝えてもらう場を設ける



意見を受けて食育イベントを実施

# 令和元年度 食育イベント「おいしく食べてげんきっこ」の実施①

## ❖目的

幼児期から調理体験をとおして食材に触れ親しむことで、「食べる喜びや楽しさ、食べ物への興味や関心を通じて自ら食べようとする気持ちを育てる」ため、保育所と地域の食材の生産流通にかかわる方々や食に関するボランティア団体と連携し、食育イベントを実施するもの。

(1) 野菜を進んで食べる子を増やす。

(2) 地域の食材に興味と関心を持つ子を増やす。

❖日時 令和元年12月17日(火) 午後1時15分～午後3時

❖場所 蛇田保育所 保育室

❖対象 蛇田保育所 5歳児 20名



# 令和元年度

## 食育イベント「おいしく食べてげんきっこ」の実施②

### ❖内容

- 食育紙芝居
- 調理実習 「小松菜・小ねぎ・ぼたんちくわのお好み焼き」  
※ぼたんちくわ、小ねぎ、かつおぶしは石巻産のものを使用
- フェルトで焼きそば作り
- 会食
- 園児の感想発表
- 写真撮影



- ❖出席者 蛇田保育所 5名、蛇田保育所園児 12名、  
事務局 5名、食生活改善推進員 1名

- ❖取材 石巻日日新聞

# 当日の様子① 食育紙芝居

子ども保育課、健康推進課 栄養士



お好み焼きの作り方の紙芝居を作り、園児の前でお話しました。

みなさん集中して紙芝居を聞いていました。

# 当日の様子② - 1 調理実習



地元の食材を活用したメニューとして、小松菜・小ねぎ・ぼたんちくわのお好み焼きを作りました。

小ねぎ、かつおぶしは石巻産のものを使用し、ぼたんちくわは地元の企業の方から提供していただきました。

# 当日の様子② - 2 調理実習



上手にできたね！

みんなで協力して混ぜ混ぜ♪



## 当日の様子③ フェルトで焼きそば作り



お好み焼きが焼けるのを待っている間、フェルトで焼きそばを作りました。

みなさん上手にできたようで、「かわいい！」等の声が聞かれました。



## 当日の様子④ 会食



「おいしい！」という声が飛び交い、野菜が苦手な子もほとんど完食していました。  
自分たちで作ったお好み焼きに大満足していました。

# 実施による効果

- 1 **スタッフのそれぞれ専門分野で役割分担することができ、連携して事業をすすめることができた。**
  - 各保育所の先生方が園児の見守りをしてくれて、安心して実習の進行ができた。
  - 食生活改善推進員に調理実習の準備や園児のサポートをしてもらったことで、安全かつスムーズに進行した。
- 2 **食べる喜びや楽しさ、食べ物への興味や関心を通じて自ら食べようとする気持ちを育てることができた。**
  - 園児から、「料理をするのがたのしかった」「おうちでも作りたい」等の感想が聞かれ、食べ物への関心を高めることができた。
  - 野菜が苦手な園児もお好み焼きを完食し、おかわりをしている園児もいた。



子どもたちがお好み焼き作りに挑戦した

【読者投稿】  
 菅ノ又浩文  
 君(6)は二歳  
 初はコーヒ―  
 みたいな味が  
 したけどすこ  
 くおいしい。  
 材料も頑張っ  
 て切れた」と  
 語り、みんな  
 で作った料理  
 を楽しんでいた。

## お好み焼き作りに挑戦

総田保育所 地場産使った食育事業

石巻市は先日、市立 乾田保育所で食育イベント「おいしく食べてけんきつこ」を開催した。子どもたちが地元産食材を使ったお好み焼き作りに挑戦した。幼児期から調理体験を通じ、地元の食材などにふれて興味や関心を高めるのが目的。食育事業の一環で初めて実施した。材料には石巻産のほたんちくわや小ネギ、小松菜、かつお節などを用いた。

保育所の子どもたち12人が挑戦。市職員が作り方を紙芝居で分かりやすく教えた後、食材を生地としっかり混ぜ合わせてホットプレートで焼き上げた。お好み焼きを上手に裏返すと笑顔を見せ、友達からは歓声が上がっていた。