

市町村名	三朝町
------	-----

取組の名称	「だし」を活用した保・小・中・地域での食育体験活動
-------	---------------------------

【ねらい】

栄養教諭と町管理栄養士、教職員が連携し、保・小・中で継続した食育体験活動に取り組むことにより、食に関わる楽しさを知り、自分の食生活に関心を持ち、よりよくしていこうとする子どもを育成する。また、日本の伝統的なだしに触れ、味わうことで、日本の食文化への興味関心を高める。

三朝町食育推進計画（第2期）4つの重点目標

- ☆きらりと光る食習慣を身に付けよう
 - ・地産地消できらりと光る安心一番の食環境を育もう
 - ☆きらりと光る豊かな食文化を100年先に伝えよう
 - ・災害に備え、きらりと光る対応ができるようにしよう

2つの重点目標に関わる取組



【内容】

(1) 保育園、こども園での料理教室（町管理栄養士が実施）

三朝町内の保育園、こども園では、町管理栄養士による料理教室を行っている。内容は煮干しだしのみそ汁作り、鰹節と昆布だしのすまし汁作りなど、様々なだしを使い、五感を使った本物のだし体験や食べ物の調理による変化、自分でできた実感を体験させる取組である。



(2) 小学校 家庭科での学習

- 1 日時 令和3年2月12日、令和3年2月24日
- 2 場所 三朝町立三朝小学校
- 3 対象 小学5年生
- 4 内容

・煮干し、昆布、鰹節などのだしの種類と特徴を知り、実際に鰹節に触れ、削る体験を取り入れた。また、鰹節のだし、だしありみそ汁、だしなしみそ汁の飲み比べを行い、だしの味や香りを言葉で表現し、だしの役割について話し合う活動を行った。みそは地元産の手作りみそを使用し、みそ作りの様子も紹介することで、地産地消や地域の食材への理解を深めた。

・楽しく積極的に活動する姿が見られ、話し合いの際も様々な意見が発表された。だしだけでなく、地元産の手作りみそのおいしさにも気付くきっかけとなった。



だしなしみそ汁とだしありみそ汁、見た目は同じ



だしなしみそ汁はだしありより味がうすい

だしがあるとおいが
いいし、うまみがすご
くでる

(3) 中学校 国語科、技術・家庭科(家庭分野)での学習

- 1 日時 令和2年11月17日、令和2年11月19日
- 2 場所 三朝町立三朝中学校
- 3 対象 中学2年生

4 内容

○国語科

・「鰹節 世界に誇る伝統食」の内容を読み取り、味を表現する言葉を学んだ後、鰹節を削ってだしを取り、顆粒だしと味を比べて文章で表現する学習を教科担任と栄養教諭がT・Tで行った。評論文の文章を読んで得た知識と、実際にだしをとり味わった体験を関連付け、考え方を広げ、料理コラムを書く学習へとつなげられるようにした。

・食育の視点としては、日本の伝統的なだしの特徴を知り、興味・関心をもつことができるようにすることを目標に、鰹節やだし汁の見た目、色、香り、味などの視点を示し、注目できるよう工夫した。

・鰹節からとっただし汁の、色の美しさや香りのよさに驚く姿が見られた。一方、顆粒だしの手軽さや味を好む生徒も多く、それぞれのよさを知り、文章へ表すことができていた。

○技術・家庭科（家庭分野）

・鰹節でとっただしと地域の食材を用いたみそ汁と、豚肉の生姜焼きの調理を行った。教科担任が進行や主な指導を行い、栄養教諭は、だしの取り方や調理作業において個別の支援を行った。



(4)みささ町かがやく子どもフェスティバルでの食育教室

1 日時 令和2年12月13日

2 場所 三朝町総合文化ホール

3 対象 三朝町内親子

4 内容

○鰹節削り体験 ○電子レンジでできる豆腐づくり体験

○簡単野菜料理の試食 ○食育クイズコーナー

○料理レシピ、給食レシピの配布

・町管理栄養士と食生活改善推進員が中心となり、栄養教諭や中学生ボランティア、保護者スタッフと共に食育教室を運営した。

・子どもと一緒に訪れた保護者も一緒に食育体験を行うことができ、家庭への啓発にもつながった。



【成果と課題】

「鰹節を削る」という体験は普段ほとんどすることがなく、どの年代でも楽しそうに取り組む姿が見られた。また、様々なだしの味比べではそれぞれの味や香りの違いに驚いたり、言葉で表現したりする様子から、だしへの興味関心の高まりが感じられた。食の知識を、楽しい体験を通して記憶に残してほしいという願いをこめた取組であるが、ただの楽しい体験で終わらせず、自分の食生活と関連させ、よりよくしていけるような活動につなげ、広げていくことが課題である。今年度、三朝町内の保育園、こども園で以前から行われていた、だしを使った食育体験活動を、町と連携し小学校、中学校に広げていくことができた。これからも学校、保育所、行政、地域、家庭などと様々な形で連携、協働しながら食育をすすめていきたい。

