



いしかわの 食育の取組



石川県では、
地域への食育を推進するため
公民館や町内会などが策定する
食育推進計画を認定しています。

左の写真は、公民館と地域の子どもたちが
サツマイモの栽培から収穫、販売までを体験し、

食を通じて地域の つながりを深める

ものとして、計画認定の第1号と
なったものです。

石川県では高校生を対象に伝統的な
郷土料理体験事業を実施しています。

「食べたい!つくりたい! 特産品を使いたい!」

このお弁当は、体験事業を通じて
高校生が「食べたい!つくりたい!
特産品を使いたい!」との思いから
出来たもので、学校祭で発表したところ
来校者から大好評を得ました。



はじめに

石川県では、平成19年3月に策定した「いしかわ食育推進計画」に基づき、県民一人ひとりが健全な食生活の実践に向け、食に関する正確な知識や的確な判断力を備えるとともに、特に、未来を担う子どもが、生涯にわたって、健全な心身と豊かな人間性を育んでいくため、大人自身が食生活を見直し、地域を挙げて子どもの食育に取り組むこととしております。

こうしたことから、県では全国に先がけて、地域版・家庭版食育推進計画を推進することとしており、本年度、町内会や公民館などの地域の各種団体が策定する地域版食育推進計画を14計画、この計画を応援する子ども食育応援団11件を認定しました。また、家庭における食育を推進するために、県内小学生に対し、冬休み期間中に食育を実践してもらい、その内12件を表彰しました。

本事例集は、平成19年度に、上記の地域や家庭における食育計画のほか、学校などで食育に取り組んでいるものをまとめたものです。食育事業を地域や家庭などで実践される際の参考として、ご活用していただければ幸いです。

平成20年3月

石川県健康福祉部少子化対策監室
子ども政策課長 重永 将志

(目 次)

1 地域版食育推進計画

・ 輪島公民館（輪島市）	2
・ 輪島市子ども育成会連絡協議会（輪島市）	3
・ まない親子クラブ（穴水町）	4
・ 金ヶ崎公民館（七尾市）	5
・ 山王小学校PTA食育委員会（七尾市）	6
・ 豊川公民館（七尾市）	7
・ 土田地区食生活改善グループ（志賀町）	8
・ 相見小学校PTA（宝達志水町）	9
・ 天神町内会（中能登町）	10
・ 兵庫町ひまわり子ども会（羽咋市）	11
・ 御手洗公民館（白山市）	12
・ 蝶屋公民館（白山市）	13
・ 根上校下婦人会（能美市）	14
・ おんぶにだっこの会（加賀市）	15

2 子ども食育応援団

・ 石川県漁業協同組合輪島支所（輪島市）	16
・ ㈱プラザ ダイヤス（七尾市）	16
・ 元気な豊川っ子の食育サポート隊（七尾市）	17
・ 悠々サロングループ（志賀町）	17
・ 徳光野菜婦人部（白山市）	18
・ 手取自然農法の会（白山市）	18
・ 農事組合法人 井関生産組合（白山市）	19
・ 蝶屋女性サークル（白山市）	19
・ 蝶屋健老会（白山市）	20
・ ビスの会（能美市）	20
・ すいーとぽてとの会（加賀市）	21

3 家庭版食育推進計画

・ 12家族 （金沢市、小松市、羽咋市、川北町、内灘町、津幡町、志賀町）	22
---	----

4 伝統的な郷土料理体験事業

・ 石川県立加賀高等学校（加賀市）	34
・ 石川県立翠星高等学校（白山市）	36
・ 石川県立津幡高等学校（津幡町）	38
・ 石川県立七尾東雲高等学校（七尾市）	40
・ 石川県立珠洲実業高等学校（珠洲市）	42

5 地域における食育推進事業

- ・放課後指導クラブ等における食の体験（輪島市の例）・・・・・・・・・・ 44

6 次代へつなぐ親世代食育モデル事業

- ・若い親世代を対象とした食育と子育て支援（羽咋市の例）・・・・・・・・ 45
- ・食育子育てアドバイザーの養成・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 45
- ・子ども食育地域ワークショップの開催（18市町）・・・・・・・・・・・・ 46

7 学校・家庭・地域連携食育推進モデル事業

- ・金沢市立三馬小学校（金沢市）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 48
- ・小松市立日末小学校（小松市）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 50

8 地場産物活用学校給食推進モデル事業

- ・津幡町・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 52

9 参考資料

地域食育推進実行委員会

- ・能登北部食育推進実行委員会（事務局：能登北部保健福祉センター）・ 54
- ・能登中部食育推進実行委員会（事務局：能登中部保健福祉センター）・ 55
- ・石川中央食育推進実行委員会（事務局：石川中央保健福祉センター）・ 56
- ・南加賀食育推進実行委員会（事務局：南加賀保健福祉センター）・・・・ 57

輪島公民館（輪島市）

私たちの目標

- お米が大変な手間と愛情をもってつくられることを知り、食に感謝する
- 作物は多くの人の手と愛情によりつくられることを知り、食への関心と興味、喜び、感謝を学ぶ
- 農業体験を行う小学校を増やす
- 食育に関心を持つ人を増やす

私たちの取組

- 田植え・稲刈りの体験
- もちつきの体験
- 畑の整地・草刈りの体験
- 野菜苗の植付・収穫の体験
- 収穫した野菜の調理実習の開催



自分達で田植えした田んぼで稲刈りしたよ



自分達で育てたもち米で、もちつき名人と一緒にもちつきをしたよ！



春に植え付けた苗から、大きなイモが収穫できたよ



自分達が育てたイモでクッキーやドーナツを作ったよ

▶代表者からのメッセージ

地域の子どもが、地域の農家の方の指導のもとに、もち米や野菜を育てて収穫し、自分達で調理することを体験して、食への関心を高め、興味と喜び、感謝を学んでほしい。

団体データ

名称 輪島公民館
 所在地 輪島市河井町20部1番地1
 電話番号 0768-22-2226
 計画期間 平成19年5月1日
 ～平成24年3月31日
 参画する住民等
 河井小学校児童、河井保育所園児
 など110名

団体名

輪島市子ども育成会連絡協議会（輪島市）

私たちの目標

- 地域の漁業関係者から魚の知識を学ぶことを通じて、地域のつながりを深める
- 食育に関心を持つ人を増やす

私たちの取組

- 陸揚げした魚介類の種類分けの体験
- 魚介類を使う郷土料理の調理実習の開催



陸揚げされた魚の種類を教えてもらったり、仕分けを体験したよ



魚を丸ごと1尾、自分でさばいてみたよ！

▶代表者からのメッセージ

地域の子どもが、地域の漁港の方の指導のもとに、水揚げした魚を目の当たりにして学ぶことで、食への関心を高め、地域のつながりを深めたい。

団体データ

名称 輪島市子ども育成会連絡協議会
 所在地 輪島市河井町 20-1-1
 輪島市教育委員会生涯学習課 内
 電話番号 0768-23-1176
 計画期間 平成19年12月1日
 ～平成24年3月31日
 参画する住民等
 輪島市河井と鳳至、輪島崎
 地区の親子など300名
 子ども食育応援団
 石川県漁業協同組合輪島支所

まない親子クラブ (穴水町)

私たちの目標

- 穴水町の生産物についての学習を通し地域のつながりを深める
- 食育に関心を持つ人を増やす

私たちの取組

- 味噌づくりの体験
- 豆腐づくりの体験
- 豆腐の味噌汁づくりの体験



豆腐をつくってみたよ。
にがりを入れて・・・
うまく固まるかな？



おいしそうな豆腐が完成！

味噌づくりを体験したよ。
みそ玉をペタペタ丸めて、
仕込んでいます。



▶代表者からのメッセージ

地域の子どもたちが、穴水町の生産物について学んで興味をもち、食への関心を高めてほしい。

団体データ

名称 まない親子クラブ
所在地 穴水町大町子200
電話番号 0768-52-3220
計画期間 平成19年6月1日
～平成24年3月31日
参画する住民等
まない親子クラブ会員、
地域の親子など30名

団体名

金ヶ崎公民館（七尾市）

私たちの目標

- 地域の空き地を有効利用した野菜作りを通じて、「生命の大切さ」と「地産地消」を伝える
- 食育に関心を持つ人を増やす

私たちの取組

- 野菜（さつまいも等）の栽培の体験
- 地元スーパーでの野菜販売の体験
- 親子サマーキャンプでの野菜調理実習の開催
- 米作りの知識を得る学習会の開催



春に、種イモを定植して・・・



育てたサツマイモは、応援団の店頭にて陳列・販売しました。その結果、見事完売！！

▶代表者からのメッセージ

地域の子どもが、公民館の敷地を有効に活用して、野菜を育てて収穫し感謝することを体験し、「生命の大切さ」と「地産地消」への関心を高め、自然を愛する心を学んでほしい。

団体データ

名称 金ヶ崎公民館
 所在地 七尾市大津町ク部 31 番地
 電話番号 0767-68-3114
 計画期間 平成19年5月1日
 ～平成24年3月31日
 参画する住民等
 金ヶ崎地域の児童など60名
 子ども食育応援団
 (株)プラザダイヤス

山王小学校PTA食育委員会（七尾市）

私たちの目標

- 五感を総動員して、「食」を自ら体感、体験、体得することにより食の大切さを家庭や子どもに伝える
- 食育に関心を持つ人を増やす

私たちの取組

- 食育通信の発行
- 地場の食材を使う調理実習の開催
- 給食試食会の開催

感謝祭で、子ども同士、または親子で、おはぎと、めった汁をつくって、美味しくいただきました！



発表会で食育活動の資料や、自然で簡単なおやつを試食、レシピの紹介をしました。

切って、まるめて、ころころ、うぶぶのホッ！

▶代表者からのメッセージ

地域の子どもが、「食」を自ら体感、体験、体得することで、食の大切さを学んでほしい。

団体データ

名称 山王小学校PTA食育委員会
 所在地 七尾市山王町ツ部 34 番地
 電話番号 0767-53-0586
 計画期間 平成18年4月24日
 ～平成24年3月31日
 参画する住民等
 山王小学校児童とその保護者や
 教職員、山王小学校下住民など 461名

団体名

豊川公民館（七尾市）

私たちの目標

- 「しっかりと朝ごはんを食べよう！」をテーマに各自が食事を楽しく食べることを学ぶ
- 朝食を食べない人を減らす

私たちの取組

- 簡単にできる朝ごはんメニューの募集と調理実習の開催
- 家庭版食育計画（我が家のほのぼの食育プラン）の実践



朝食の大切さの講話を聞いたあと・・・



教えてもらいながら、
野菜を洗ったり、切ったりしてみたよ。
自分でできると、うれしいね！



三世代が協力して「太巻きづくり」！
みんなで食べるとおいしいね～

団体データ

名称 豊川公民館
所在地 七尾市中島町豊田町ル部 13 番地 1
電話番号 0767-66-6799
計画期間 平成19年10月1日
～平成24年3月31日
参画する住民等
豊川地域の子どもなど80名
子ども食育応援団
元気な豊川っ子の食育サポート隊

▶代表者からのメッセージ

食事を楽しく食べることを学んで、
各家庭で実践してほしい。

土田地区食生活改善グループ（志賀町）

私たちの目標

- 子どもに、地域の郷土料理や食文化を継承する
- 家庭における食育を推進する
- 食事を手伝う子どもを増やす

私たちの取組

- 郷土料理伝承教室の開催
- 食の大切さ等の講習会の開催



小豆のお手玉で遊びながら、食の大切さを教わりました。

私たちの地域にはこんなごちそう（郷土料理）が伝わってるんだね！料理を食べて、お話を聞いて、よくわかったよ！



▶代表者からのメッセージ

地域の子どもが、郷土料理への興味を高め、家庭で率先して食事の用意を手伝い、食の大切さを学んでほしい。

団体データ

名称 土田地区食生活改善グループ
 所在地 志賀町高浜町力の1番地1
 志賀町保健福祉センター内
 電話番号 0767-32-0339
 計画期間 平成19年7月1日
 ～平成24年3月31日
 参画する住民等
 土田地区児童など20名
 子ども食育応援団
 悠々サロングループ

団体名

相見小学校PTA（宝達志水町）

私たちの 目標

- 「はやね はやおき 朝ごはん」運動を推進する
- 食事を手伝う子どもを増やす

私たちの 取組

- 古代米の田植え・稲刈りの体験
- おはぎづくりの体験
- もちつき大会の開催



はじめての稲刈り体験。1株ずつかまで刈りました。穂の色が黒っぽくてびっくりしました。

おばあちゃん達に作り方を教えてもらったおはぎ作り。おいしく作ることができました。



▶代表者からのメッセージ

地域の子どもが、「はやね、はやおき、朝ごはん」の運動を実践して、また食事のお手伝いを通じて、食の大切さを学んでほしい。

団体データ

名称 相見小学校PTA
 所在地 宝達志水町麦生ト133
 電話番号 0767-28-2017
 計画期間 平成19年5月15日
 ～平成24年3月31日
 参画する住民等
 相見小学校児童、相見保育所幼児、
 今浜苑通所者など91名

天神町内会（中能登町）

私たちの目標

- 畑作を通じて地域のつながりを深める
- 健全な食生活を送る力を身につける
- 食育に関心を持つ人を増やす

私たちの取組

- 生活習慣病予防の健康食育講座の開催
- いちご・えんどう・特産白ネギ等の栽培の体験と調理実習の開催
- 我が家のほのぼの食育プランの実践



子どもたちが、丁寧にイチゴの苗を畑に植え付けました。

地元の野菜を使って、調理実習にとりくみました。



▶代表者からのメッセージ

生活習慣病予防の健康講座や、特産の白ネギなどの野菜を育てて収穫し感謝することを体験して、食を通じた地域のつながりを深め、健全な食生活を送る力を身につけて欲しい。

団体データ

名称 天神町内会
 所在地 中能登町能登部下118-50
 電話番号 0767-72-3332
 計画期間 平成19年8月1日
 ～平成24年3月31日
 参画する住民等
 天神地区住民など148名

団体名

兵庫町ひまわり子ども会（羽咋市）

私たちの 目標

- 地域の食文化を学ぶことを通じて地域のつながりを深める
- 食事を手伝う子どもを増やす

私たちの 取組

- 栄養バランスの学習会の開催
- 食文化や食物の大切さを学ぶ学習会の開催
- 地場の野菜等を使う調理実習の開催



大人に植え方を教わって、一緒に野菜の苗を植えました。

野菜が大きくなるように、肥料を使ったよ。重い肥料袋だって、自分で運べちゃうよ！



大きくなった野菜は
サラダにして食べました！

▶代表者からのメッセージ

地域の子どもたちに、食の大切さを地域の方と学び、地域とのつながりを深めて欲しい。

団体データ

名称 兵庫町ひまわり子ども会
所在地 羽咋市兵庫町申9-27
電話番号 0767-22-9274
計画期間 平成19年4月1日
～平成24年3月31日
参画する住民等
ひまわり子ども会員、兵庫町住民
など37名

御手洗公民館（白山市）

私たちの目標

- 昔の面影が薄らぐ中で御手洗地区の食材や郷土料理の良さを子どもに伝える
- 食育に関心を持つ人を増やす

私たちの取組

- 野菜（赤栗かぼちゃ等）の植付・収穫の体験
- 収穫感謝祭の開催
- 特産の「からし菜」の栽培の体験
- 「からし菜」の漬け物づくりの体験
- 伝統保存食「てんばおくもじ」づくりの体験



かぼちゃ招福大会
御手洗で作った赤栗かぼちゃで
アイスクリームを作り、地区住民に
ふるまいました。

自分達で作った塩で、昼食のおにぎり
を作って、食べました。



▶代表者からのメッセージ

地域の子どもが、地域の方の指導のもと、伝統の野菜などの栽培や調理を通じて地域の魅力に気づき、地域の食文化を受け継いでほしい。

団体データ

名 称 御手洗公民館
所 在 地 白山市相川町 1566-1
電話番号 076-276-1287
計画期間 平成19年5月1日
～ 平成20年5月31日
参画する住民等
御手洗地区の子どもなど77名
子ども食育応援団
徳光野菜婦人部

団体名

蝶屋公民館（白山市）

私たちの目標

- 地域の大人が農業体験を通じて食の大切さを子どもに伝える
- 食育に関心を持つ人を増やす

私たちの取組

- 稲（もち米）の栽培の体験
- もちつきの体験
- かきもちづくりの体験
- 縄ないの体験



かきもちのわら編み体験をしたよ。
上手にできたよ！



もち米の苗の植え方を教わって、
田植えをしたよ。

▶代表者からのメッセージ

自分たちの主食である「米づくり」を1年間にわたり体験し、地域の人々との交流を通して「食育」について考えよう！！

団体データ

名称 蝶屋公民館
 所在地 白山市美川中町イ 16-6
 電話番号 076-278-8137
 計画期間 平成19年5月1日
 ～平成20年3月31日
 参画する住民等
 蝶屋地区の子どもなど86名
 子ども食育応援団
 手取自然農法の会
 農事組合法人井関生産組合
 蝶屋女性サークル
 蝶屋健老会

根上校下婦人会 (能美市)

私たちの目標

- 孤食・個食・小食ではない食事の楽しみを知ってもらう
- 1人で食事をする子どもを減らす
- 食育に関心を持つ人を増やす

私たちの取組

- 地場の食材を使う調理実習の開催
- 「家族が揃い食事をする大切さ」などの講話の実施



お米をといて、ごはんを炊いておにぎり作るよ

丸いも入り豚汁に入れる大根を自分で切ったよ!

自分たちで作れたね!
みんなで食べると、おいしいね!

▶代表者からのメッセージ

地域の子どもには、食事を自分でつくる楽しみを、保護者には家庭の食育の大切さを知ってほしい。

団体データ

名称 根上校下婦人会
 所在地 能美市中町子86
 電話番号 0761-55-4157
 計画期間 平成19年12月22日
 ~ 平成24年3月31日
 参画する住民等
 根上地区小学校親子など55名
 子ども食育応援団
 ビスの会

団体名

おんぶにだっこの会（加賀市）

私たちの 目標

- 子どもが自分で料理を作れるようにする
- 旬の野菜・地場の食材を知る
- 朝食を食べない人を減らす
- 1人で食事をする子どもを減らす

私たちの 取組

- 地場の食材を使う調理実習の開催
- 「朝ごはんをきちんと食べよう」などの講話の実施



旬の地場の食材を使って
調理実習しました



地元レストランのシェフの指導で
盛りつけしたよ



それぞれ、きれいにできました！
味もばっちりだね～！

▶代表者からのメッセージ

地域の子どもが、旬の地場の野菜を学んで、自分で調理するようになってほしい。

団体データ

名称 おんぶにだっこの会
所在地 加賀市片山津温泉甲 148
電話番号 0761-74-1390
計画期間 平成19年12月1日
～平成20年5月31日
参画する住民等
片山津児童センター施設利用児童
など28名
子ども食育応援団
すいーとぼてとの会

石川県漁業協同組合輪島支所 (輪島市)

私たちの応援する
地域版食育推進計画

輪島市子ども育成会連絡協議会 (輪島市)

私たちの
応援する内容

- 陸揚げした地場の魚介類の紹介
- 魚介類を使う郷土料理の調理方法の指導



地場の魚介類の紹介や、魚のさばき方を指導

団体データ

名 称 石川県漁業協同組合輪島支所
 所 在 地 輪島市鳳至町下町 166
 電話番号 0768-22-1485
 応援期間 平成19年12月1日
 ~ 平成24年3月31日
 対象となる住民等
 輪島市河井・鳳至・輪島崎地区の
 親子など300名

(株)プラザダイヤス (七尾市)

私たちの応援する
地域版食育推進計画

金ヶ崎公民館 (七尾市)

私たちの
応援する内容

- 野菜の販売方法の指導
- 野菜等の流通についての紹介



店頭でじゃがいもの配付体験の場を提供

団体データ

名 称 (株)プラザダイヤス
 所 在 地 七尾市田鶴浜町ぬ部 22 番地
 電話番号 0767-68-2008
 応援期間 平成19年5月1日
 ~ 平成24年3月31日
 対象となる住民等
 金ヶ崎地域の児童など60名

事業者等名

元気な豊川っ子の食育サポート隊（七尾市）

私たちの応援する
地域版食育推進計画

豊川公民館（七尾市）

私たちの
応援する内容

- 朝ごはんのメニューの紹介
- バランスの取れた食事の紹介



朝食簡単メニューの調理実習

団体データ

名 称 元気な豊川っ子の食育サポート隊
 所 在 地 七尾市中島町豊田町ル部13番地1
 電話番号 0767-66-6799
 応援期間 平成19年10月1日
 ～平成24年3月31日
 対象となる住民等
 豊川地域の子どもなど80名

事業者等名

悠々サロングループ（志賀町）

私たちの応援する
地域版食育推進計画

土田地区食生活改善グループ（志賀町）

私たちの
応援する内容

- 土田地区の郷土料理の調理方法の指導
- 体を動かしお腹を空かせて食べる大切さの指導



お腹を空かせて食べる大切さを伝える

団体データ

名 称 悠々サロングループ
 所 在 地 志賀町高浜町力の1番地1
 志賀町保健福祉センター内
 電話番号 0767-32-0339
 応援期間 平成19年7月1日
 ～平成24年3月31日
 対象となる民等
 土田地住区食生活改善グループ

徳光野菜婦人部 (白山市)

私たちの応援する
地域版食育推進計画

御手洗公民館 (白山市)

私たちの
応援する内容

- 伝統保存食「てんばおくもじ (からし菜を使う漬け物)」づくりの指導



からし菜の間引き方法を指導

団体データ

名 称 徳光野菜婦人部
 所 在 地 白山市徳光町 168
 電話番号 076-276-1835
 応援期間 平成19年5月1日
 ~ 平成20年5月31日
 対象となる住民等
 御手洗地区の子どもなど77名

手取自然農法の会 (白山市)

私たちの応援する
地域版食育推進計画

蝶屋公民館 (白山市)

私たちの
応援する内容

- 稲 (もち米) を育てる方法の指導
- 縄ないの指導



田植えを指導

団体データ

名 称 手取自然農法の会
 所 在 地 白山市西米光町ト2-81
 電話番号 076-278-8160
 応援期間 平成19年5月1日
 ~ 平成20年3月31日
 対象となる住民等
 蝶屋地区の子どもなど86名

事業者等名

農事組合法人 井関生産組合 (白山市)

私たちの応援する
地域版食育推進計画

蝶屋公民館 (白山市)

私たちの
応援する内容

● かきもちづくりの指導



かきもちの乾燥作業を説明

団体データ

名 称 農事組合法人 井関生産組合
所 在 地 白山市井関町ホ 21
電話番号 076-278-3471
応援期間 平成19年5月1日
～平成20年3月31日
対象となる住民等
蝶屋地区の子どもなど86名

事業者等名

蝶屋女性サークル (白山市)

私たちの応援する
地域版食育推進計画

蝶屋公民館 (白山市)

私たちの
応援する内容

● もちつきの指導



もちつき収穫祭の調理

団体データ

名 称 蝶屋女性サークル
所 在 地 白山市手取町ス106
電話番号 076-278-4320
応援期間 平成19年5月1日
～平成20年3月31日
対象となる住民等
蝶屋地区の子どもなど86名

蝶屋健老会 (白山市)

私たちの応援する
地域版食育推進計画

蝶屋公民館 (白山市)

私たちの
応援する内容

- もちつきの指導
- 縄ないの指導



かきもちを干す前のわら編みを指導

団体データ

名 称 蝶屋健老会
 所 在 地 白山市手取町ス 88
 電話番号 076-278-2653
 応援期間 平成19年5月1日
 ~ 平成20年3月31日
 対象となる住民等
 蝶屋地区の子どもなど86名

ビスの会 (能美市)

私たちの応援する
地域版食育推進計画

根上校下婦人会 (能美市)

私たちの
応援する内容

- 地場の食材を使う調理方法の指導
- 「家族が揃い食事をする大切さ」などの講話の講師



地場の食材を使い調理を指導

団体データ

名 称 ビスの会
 所 在 地 石川県能美市西任田町ニ 3 番地 1
 電話番号 0761-57-1410
 応援期間 平成19年12月22日
 ~ 平成24年3月31日
 対象となる住民等
 根上地区小学校親子など55名

すいーとぽてとの会（加賀市）

私たちの応援する
地域版食育推進計画

おんぶにだっこの会（加賀市）

私たちの
応援する内容

- 地場の食材を使う調理方法の指導
- 「朝ごはんをきちんと食べよう」などの講話の講師



地場の食材を使う調理を指導

団体データ

名 称 すいーとぽてとの会
 所 在 地 加賀市湖城町 3-80
 電話番号 0761-74-1390
 応援期間 平成19年12月1日
 ～平成20年5月31日
 対象となる住民等
 片山津児童センター施設利用児童
 など28名

家族名

磯辺家 (内灘町)

お子さんの夢

お子さんの名前と学年：^{ゆうな}優奈、小学1年生)

- 好き嫌い無く、何でも食べられるようになる。

お子さんの夢

残さずに食べる。

お家の方からひとこと

残さずに食べた時は、ほめたり、感謝の気持ちを言葉にして伝えるよ。

お子さんがお手伝いしたこと

ごはんの用意や後片付け。

お家の方からひとこと

手伝ってくれて、ありがとう。たすかったよ。



食事を囲んでお手伝いしたことを報告



▶食育に取り組んでの感想

お子さん

手伝った後にほめられて、すごくうれしかった。
好き嫌い無く食べて、ほめられてうれしかった。
毎日続けたいな。

お家の方

子どもが自分から進んでお手伝いをしてくれるようになりました。
ごはんも残さず食べるようになり、よかったです。
今後も続けていきたいです。

家族名

小澤家 (羽咋市)

お子さんの
夢

(お子さんの名前と学年：侑加、小学1年生)

- 出された物は残さずすべて食べて、おかわりもする。

お子さんの夢

午後4時以降は、おやつを食べない。
夕食が終わるまでテレビを消す。



お家の方からひとこと

ごはん前におやつを食べなかったから、ごはんをいっぱい食べられるよ。

お子さんがお手伝いしたこと

みんなのお茶わんに、
ごはんをよそう。



お家の方からひとこと

えらいね。
ごはんもいっぱい食べて、強い体になってね。



テレビを消して楽しく食事

▶食育に取り組んでの感想

お子さん

ほめられて、すごくうれしかった。
手伝ったら、いいきもちになるのが
わかった。

お家の方

夕方にお菓子類を隠し、食事中はテレビを消すと、子どもの心地よい話し声が耳に入り、一日の心の疲れがとれる時間になりました。
こんな大事なことに気付くことが出来ました。ありがとうございました。

家族名

杉浦家 (羽咋市)

お子さんの夢

(お子さんの名前と学年：かいせい魁星、小学2年生)

- 今日、家であった出来事で一番心に残ったことを食卓で話す。

お子さんの夢

家族みんなで食事をする。

お家の方からひとこと

家族みんなで楽しく食事をするこ
とで、お皿がピカピカになるくらいに
食べてくれて、うれしいよ。
家族みんなのために、愛情たっぷり、
栄養満点の料理をつくるね。

お子さんがお手伝いしたこと

ごはんづくりでお米をとぐ。

お家の方からひとこと

手伝ってくれて、うれしいよ。
家族みんなの笑顔で、元気が満ちて
がんばれるね。



家族みんなで楽しく食事

▶食育に取り組んでの感想

お子さん

家族はいつもたくさんお話をしてにぎやか
です。
これからも、いっぱい会話ができる家族で
いたいな。

お家の方

子どもが苦手だったキャベツやハクサイも
「おいしい」って食べてくれるようになりました。
食事の中の楽しい会話って大切ですね。
料理も楽しい会話の分だけおいしさがパワーア
ップします。
これからもずっと家族一緒に楽しい食事を続け
たいです。

家族名

土居家 (川北町)

お子さんの
夢(お子さんの名前と学年：千莉^{せんり}、小学2年生)

- 朝でも夜でもいいから、みんなといっしょに食事をしたい。

お子さんの夢

ごはんの用意を手伝う。
後片付けをきちんとする。



お家の方からひとこと

手伝ってくれると、とても助かるよ。
ありがとう。

お子さんがお手伝いしたこと

ごはんの用意や後片付け。



お家の方からひとこと

手伝ってくれてありがとう。
助かったよ。
えらいね。



食卓での会話を楽しむ食事

▶ 食育に取り組んでの感想

お子さん

手伝いをほめられて、と～つてもうれしい。
前と変わって、家族みんなとたくさん
会話ができました。
これからも続けていきたい。

お家の方

家族みんな揃って、楽しく会話しながら
の食事を子どもが望んでいたことに、
改めて気付きました。
これからも、続けたいです。

家族名

丸井家 (津幡町)

お子さんの夢

(お子さんの名前と学年：智香子、小学3年生)

- 食事中はテレビを見ない。

お子さんの夢

食事中はテレビを消す。

お家の方からひとこと

みんなで楽しい食事をしようね。

お子さんがお手伝いしたこと

お茶碗を運ぶ。
ご飯づくりを手伝う。

お家の方からひとこと

手伝ってくれてありがとう。
助かるよ。
本当にうれしい。



ご飯づくりをお手伝い

▶食育に取り組んでの感想

お子さん

ママ、ほめるのが上手になった。
ほめられて気持ちよかった。
うれしかった。
お手伝いをたくさんするようになった。

お家の方

子どもがお手伝いをいやがらなくなりました。
お手伝いをして良かったと思うような声かけを、これからも続けたい。

家族名

畑田家 (羽咋市)

お子さんの
夢

(お子さんの名前と学年：恵利、小学3年生)

- 姿勢を正しくして食べる。

お子さんの夢

ごはんの用意をする。

お家の方からひとこと

手伝ってくれると助かるよ。
一緒につくろうね。

お子さんがお手伝いしたこと

みんなのごはんをよそう。

お家の方からひとこと

ごはんをよそってくれて、
ありがとう。えらいね。
助かるよ。



サラダづくりをお手伝い

▶ 食育に取り組んでの感想

お子さん

ごはんの用意を手伝うなどの取組をすることで、母や父からありがとうとかいっぱい言われました。
やっぱり頑張ると母や父がうれしいんだなと思いました。
これからも、ほめてもらいたいです。

お家の方

子どもが楽しそうに手伝ってくれて、うれしくなりました。
ほめてあげると、本当にうれしそうに、毎日手伝ってくれました。
これからも続けたいです。

家族名

反保家 (津幡町)

お子さんの夢

(お子さんの名前と学年：篤生^{あつき}、小学4年生)

- 家族みんなで楽しく食事をする。

お子さんの夢

お父さんの仕事が休みのときは、必ず家族みんなで食事をする。

お家の方からひとこと

出来る限り、家族みんなで食事しようね。

お子さんがお手伝いしたこと

食事をする時の食器運びや、食べ終わった後の片づけ。

食後に自分で食器を片づけると、とても気持ちよくスッキリした。

お家の方からひとこと

いつも手伝ってくれてありがとう。箸を上手にもって食べられるようになったね。



ご飯づくりをお手伝い

▶食育に取り組んでの感想

お子さん

普通は食事のことはあまり話さないけど、この取組を機会に「食」についても関心をもった。

これからも「食」について、食らい付いてやるぞー。

お家の方

年末、年始はお父さんの仕事が休みだったので、家族で楽しく食事ができました。みんなでいろんな話ができ、よかったと思います。これからも食育について、子ども達と一緒に考えて、取り組んでいきたいと思っています。

家族名

N家 (志賀町)

お子さんの夢

(お子さんの名前と学年：Yくん、小学4年生)

- いつもおいしいものを作ってくれる人たちにぼくの料理を食べてもらいたい。

お子さんの夢

食事の用意から後片付けまで全部する。



お家の方からひとこと

やる気の出る言葉をかけるよ。

お子さんがお手伝いしたこと

畑の草むしりや野菜の取り入れ。
木を切って、たき火で焼きいもづくり。
食事の準備、調理、片づけ。



お家の方からひとこと

作ってくれた茶碗蒸しは、火加減が難しいのに、料亭のみたいに上手にできたね。
いつもお手伝いしてくれてありがとう。大好きだよ。

▶ 食育に取り組んでの感想

お子さん

やれば何だってできると思った。
自分で作ったものを食べるのは、とても楽しくて、おいしかったし、食べてくれた人にほめられるのは、すごくうれしかった。今度は何をつくらうか楽しみになった。

お家の方

子どもが自分で収穫した食材を使って料理している様子は、とても楽しそうでした。
収穫の喜び、調理する喜び、味わう喜びを満喫し、近所の方や親戚の方にも食べて頂き、ほめられて、又、自信もついたようでした。

家族名

高原家 (羽咋市)

お子さんの夢

(お子さんの名前と学年：亜希、小学5年生)

- 自分で献立を考える。家族みんなでごはんを作って、おいしく食べる。

お子さんの夢

1人で1品を最初から最後まで仕上げる。

お家の方からひとこと

1品できたら、すごいよ。
家族みんな、きっと喜ぶよ。

お子さんがお手伝いしたこと

最初から最後まで、1人で1品を仕上げた(みそ汁、オムレツ)。
うまくできているよって言われて、
いろんな料理が作りたくなった。

お家の方からひとこと

うまくできたね。
味付けもばっちりだよ。



1人で料理1品を心をこめて仕上げる

▶食育に取り組んでの感想

お子さん

初めての1品づくりは緊張したけど、お母さんから任せられたので一生懸命つくりました。失敗もあったけど楽しかった。これからも、もっとお母さんの腕に近づきたい。

お家の方

日頃から、食にはとても関心があったので、この取組で、思い切って子どもに一品をらせてみました。日に日に段取りや手際も良くなり、これからは、献立づくりかららせてみたいと思いました。

家族名

角家（小松市）

お子さんの夢

（お子さんの名前と学年：みのり、小学5年生）

- ① おかしの食べ過ぎに気を付ける。
- ② お手伝いをする。
- ③ ごはんを食べる前に体を動かす。
- ④ 好き嫌いをせずに食べる。
- ⑤ 味わって食べる。
- ⑥ 家族揃って会話して食べる。

お子さんの夢

- ①～⑤は全部する。
- ⑥は、できる時だけする。



お家の方からひとこと

好き嫌いせずにたくさん食べてね。
手伝ってくれるととっても助かるよ。

お子さんがお手伝いしたこと

おせちづくりなど、調理の手伝いをした。
お使いに行った。



お家の方からひとこと

いつも手伝ってくれてありがとう。
お使いありがとう。助かったよ。



母と一緒に慎重に調理

▶食育に取り組んでの感想

お子さん

お使いはドキドキしておもしろかったし、お手伝いもほめられるともっとやりたくなるから、これからも食についてのチャレンジを続けたい。

お家の方

いろいろやりたい事があって、それに1つずつチャレンジして仕上げていくことで、子どもにどんどん意欲が湧いてくるように感じました。
これからも、いろんなことにチャレンジして欲しいな。

家族名

谷内田家 (金沢市)

お子さんの夢

(お子さんの名前と学年：純、小学6年生)

- 家族で協力してごはんを作る。
- 家族で「食のありがたさ」など食について考えて食事する。
- 食べ物のことを調べたり、実際に見に行く。

お子さんの夢

お母さんが困っていたら何か出来る事がないかと自然に声かける。

食べ物を作った人に感謝しながら「いただきます」「ごちそうさま」をいう。

好き嫌いせずに頑張って食べる。



お家の方からひとこと

進んでお手伝いをしてくれたら、とてもうれしいので、心から「ありがとう」「助かったよ」と声をかけてあげたい。

一時的ではなく、日常的に進んでお手伝いができるようになってほしい。

お子さんがお手伝いしたこと

食器洗い。

夕ごはんをつくる。



お家の方からひとこと

手伝ってくれてありがとう。

ほんとうに助かった。

頑張ったね。



取組が知事から表彰されました

▶食育に取り組んでの感想

お子さん

以前は自分から手伝うことはあまりなかったけれど、このプランを見た時、誰かのために頑張ろう、食事をありがたくいただく、そんなふうに思えました。

お家の方

頼まれてするのではなく、自分から進んでする回数が増えました。帰省した先のおばあちゃんの家でも、進んでお手伝いをしていたので良かった。この取組を続けたいです。

家族名

井上家 (志賀町)

お子さんの夢

(お子さんの名前と学年：袈希、小学6年生)

- 週に1回、自分で料理を作り、みんなにあげて「おいしい」と言ってもらいたい。

お子さんの夢

食事の時に学校であったことを話し合う。

野菜が嫌いだけど、自分で料理して家族と食べる。

お家の方からひとこと

包丁を持ったり、味付けなど、少しずつ慣れて、上手になるから、色々なお手伝いをお願いね。

お子さんがお手伝いしたこと

野菜料理を作って食べた。

ごはんの後片付け。

お家の方からひとこと

手伝ってくれてありがとう。

助かったよ。またお願いね。



苦手の野菜をよく炒めて食べる！

▶食育に取り組んでの感想

お子さん

野菜は見た目で直ぐに嫌い決めつけていたけど、「おいしい」と思って食べるとすごくおいしかった。

野菜料理をつくろうと決めたのは、このチャレンジシートのおかげです。料理をつくってほめられて、とてもうれしかった。これからも、もっとつくる機会を増やして、すごくおいしい食べ物を作って食べたい。

お家の方

姉妹の中で一番好き嫌いが多くて困っていたけど、少しずつでも、色々なものを食べるようになってくれた。

家族のみんなで同じ物を「おいしい」といって食べたり、色々な会話をすることが出来て、楽しいですね。

これからも、みんなの時間が合う限り、楽しい食事タイムにしていきたい。

石川県立加賀高等学校（加賀市）

取組の目的

- 地場の食材を使う郷土料理について由来や調理法などの知識を深める
- 調理実習を通じて、自分で地域の食材を利用した料理を作ることができるようになる

取組の内容

（1）加賀の郷土料理についての講演〔平成19年12月19日〕

（総合学習の授業で2年生74名が参加）

講師：加賀料理・ばん亭店主 水口清隆氏



加賀料理について説明する講師

生徒が講師から、加賀の郷土料理について由来や特徴を学ぶ。

生徒からの声

加賀の豊富な食材を使った様々な郷土料理を紹介してもらい、その豪華さに圧倒された。また、とても魅力も感じました。

（2）「じぶ煮」の調理実習〔平成20年1月16日〕

（家庭総合の授業で2年生17名が参加）

講師：加賀料理・ばん亭店主 水口清隆氏

生徒が講師の指導のもと、「じぶ煮」の調理手順を学ぶ。

生徒からの声

「じぶ煮」が自分たちで作れたのでよかった。想像していたより、おいしかった。



「じぶ煮」の調理手順を説明する講師

(3) 「じぶ煮」の調理実習〔平成20年2月6日〕

(家庭総合の授業で2年生18名が参加)

講師：加賀料理・ばん亭店主 水口清隆氏



講師の直接指導を受ける生徒

講師の指導のもと、「じぶ煮」を調理実習で学ぶ。

生徒からの声

水口先生がていねいに教えてくれたのがうれしかった。いつもは捨てるような人参・大根の皮やブロッコリー・しいたけの軸からだしを取って作るのが面白かった。おいしかった。

(4) 保護者との「じぶ煮」の調理実習〔平成20年1月9日～2月20日〕

(家庭総合の授業で保護者4名が参加)

講師：加賀料理・ばん亭店主 水口清隆氏

保護者が生徒とともに、食材の特徴や郷土料理の由来を学び、じぶ煮を調理実習する。



仕上がった治部煮

▶先生からひとこと

郷土料理に興味がなく、「じぶ煮」を食べたことがない生徒にとって、とても良い機会を得ました。また、水口先生から直に鍛錬された手ほどきを受けることが何よりもよい刺激になり、楽しく調理実習をすることができました。

今回の「じぶ煮」から地元の食材を安全においしく食べる知恵が郷土料理にあることを生徒たちは学びました。食品についての厳しい現状が報道されています。生徒自身が自分の食べるものにもう少し注意を払い、手作りの良さを再認識して将来活かしてくれることを願います。

石川県立翠星高等学校（白山市）

取組の目的

- 地場の食材や郷土料理を見つめなおし、地産地消の大切さを学ぶ
- 調理実習を通じて、自分で地域の食材を利用した料理を作ることができるようになる

取組の内容

（１）地元産「さくらたまご」を使う朝食メニュー調理実習と講話

〔平成19年10月22日〕

（食文化の授業で2年生19名が参加）

講師：白山市農山漁村女性活動推進協議会 塚原委員、南委員



朝ごはんの大切さを説明

生徒が講師から、朝ごはんの大切さについて学び、地元産の「さくらたまご」を使う朝食メニューの調理実習を行う。

生徒からの声

オムレツがうまくできてよかった。これから朝ごはんを食べようと思った。

ヨーグルトがとてもおいしかった。ごはんもクリーミーでよかったです。

（２）「きのこ炊き込みごはん」の調理実習と食育の講話〔平成19年10月29日〕

（食文化の授業で2年生12名が参加）

講師：白山市農山漁村女性活動推進協議会 宮井委員、高来委員

生徒が講師から、食育について学び、地元産の牛乳を使うメニューの調理実習を行う。

生徒からの声

牛乳はあんまり好きじゃないけど牛乳もちはすごくおいしかった。食べたことのない食感でよかった。牛乳の新しい調理方法がわかった。



生徒が調理した、きのこの炊き込みごはん、牛乳もち、牛乳仕立てのさつま汁

(3) 「笹寿司」、「源助大根と油揚げの味噌汁」の調理実習と地産地消の講話 〔平成19年11月2日〕

(食文化の授業で2年生11名が参加)

講師：白山市農山漁村女性活動推進協議会 館委員、券田委員



講師が栽培した源助大根の特徴を生徒に説明

生徒が講師から、地産地消の大切さについて学び、講師の栽培した源助大根や、みそと油揚げも白山市のものを使用して調理実習を行う。

生徒からの声

笹寿司を初めて作りました。笹の裏表に意味があることを知りました。思ったより難しかったけど、すし飯がおいしかった。みそ汁も地元の食材との説明を聞くと、おいしく感じました

(4) 保護者への地産地消の講話と郷土料理の調理実習〔平成19年9月1日〕

(生徒の保護者18名が参加)

講師：白山市農山漁村女性活動推進協議会 宮元ヨシエ氏

講師から地産地消の大切さについて学び、「赤皮かぼちゃの炊き込みご飯」などの調理実習を行う。



保護者に地産地消の大切さについて講話

▶先生からひとこと

すべての実習で翠星産の米（1年生が田植えをした）を使用しました。翠星高校では土地を耕し、命を育む農作業を全員が体験します。

この事業では農作業だけでなく、地域の人々と交流する中で、地元の食文化にふれるよい機会となりました。地域の講師の方といっしょに実習を行うことで、食べ物の背景にある生産者の喜びや苦勞、自然の恵みや郷土の食文化などを生徒が学び、食材の食べ方・選び方や食べ物を大切にする気持ちを、今後も持ち続けてくれることを願います。

石川県立津幡高等学校（津幡町）

取組の目的

- 地域の特産物「まこもたけ」の由来や特性などの知識を深める
- 「まこもたけ」を活かした「つばた高校弁当」の考案を通じて、企画から実践までを体験する
- 調理実習を通じて、自分で地域の食材を利用した料理を作ることができるようになる

取組の内容

（1）「まこもたけ」の栽培・収穫体験（平成19年5月～11月）

（総合園芸の授業で2年生15名が参加）

講師：まこも農家 得能隆継氏



田んぼで「まこもたけ」を収穫

「まこもたけ」の由来を学び、栽培から収穫までを体験。

生徒の背丈を越す大きな葉の株元に、小さな「まこもたけ」が育つことを身をもって感じる。

生徒からの声

津幡町に住んでいますが、「まこもたけ」の稲を見たのは初めてでした。農家の方が心を込めて育てている様子を見て、今度からは今回の体験を思い出し、よく味わって食べようと思います

（2）「まこもたけ」の調理実習（平成19年9月10日～14日）

（家庭総合の授業で2年生231名が参加）

講師：津幡町食生活改善推進協議会 早川はる美氏 ほか

生徒が、講師から「まこもたけ」を使う料理や郷土料理「車麩の卵とじ」について学ぶ。「まこもたけ」は加熱することで甘みが増す特性を身をもって実感する。

生徒からの声

「まこもたけ」は知っていましたが調理方法はわかりませんでした。講師の方から優しく教えてもらったので、家でも作ってみたいと思います。



クラス別に「まこもたけ」の調理実習等を開催

(3) 「まこもたけ」を活かした「つばた高校弁当」の考案

〔平成19年9月21日～10月5日〕

(家庭総合の授業で2年生231名が参加)

助言：津幡町 管理栄養士 石黒久美氏



「つばた高校弁当」を考案

生徒が、「食べたい！つくりたい！特産品を使いたい！」との思いから、学んだ「まこもたけ」や郷土料理などの知識をもとに、管理栄養士の助言をうけ、栄養バランスのとれた、「つばた高校弁当」を考案。学校祭で発表し、来校者から大好評を得る。

生徒からの声

自分たちが企画した「つばた高校弁当」が形となり、地域の方に喜んでもらえたことが、とても嬉しかったです。このことは一生忘れません。

(4) 保護者を対象とした「近い将来に親になるための高校生の食生活の大切さ」の講演と「まこもたけ」料理・郷土料理の調理実習〔平成19年11月4日〕

(生徒の保護者32名が参加)

講師：津幡町 管理栄養士 石黒久美氏

講師から高校生の食生活の大切さと保護者の役割について学び、「まこもたけ」料理や郷土料理（レンコンの団子汁など）の調理実習を行う。



保護者への講演会

▶先生からひとこと

多くの方々によるご協力のお陰で、生徒たちは郷土料理や地域の食材について学ぶことができました。そして、地域の人々の生き様や温かさに触れ、学校だけでは体験できない何かを感じてくれたようです。

地域全体で取り組む食育は健康な身体だけではなく、豊かな心も育むように思います。今後も、高校生の若い力が地域社会の活性化、豊かな食文化の継承及び発展に寄与してくれることを願います。

石川県立七尾東雲高等学校（七尾市）

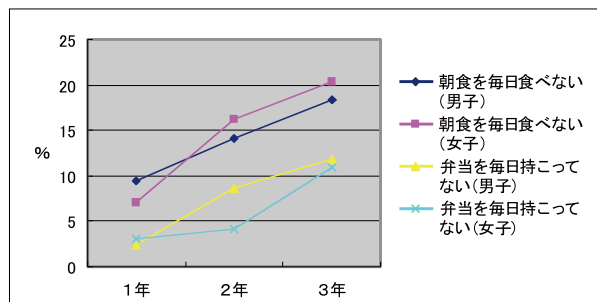
取組の目的

- 地域の食材について由来や特性などの知識を深める
- 地域の食材や料理を活かした朝食の新メニューを考案し、地域の方々に啓発する体験をする
- 調理実習を通じて、自分で地域の食材を利用した料理を作ることができるようになる

取組の内容

(1) 生徒の食生活実態の調査のまとめ〔平成19年5月～7月〕

（部活動で1・2年生家庭クラブ員11名が参加）



生徒への食事に関するアンケート調査

P T A 母親委員会が実施した調査結果から学年が上がる毎に朝食をとらない、弁当を持参しない生徒が増えている現状を知る。生徒や保護者への啓発を取組目的にする。

生徒からの声

お母さん方がわたしたちのことを考えてくれているのがよくわかり、その気持ちに応えるためにも、いろいろな取り組みをしたいと思います。

(2) 親と生徒とのふれあい朝食メニューの調理実習〔平成19年7月15日〕

（P T A 活動・部活動の連携で保護者13名・生徒11名が参加）

講師：中能登町 栄養士 高柳昌美氏

講師から朝食の大切さについて学び、「高校生が食べたくなるような朝食」をテーマに、地域の食材を活かして、班別に異なる料理（骨太ごはん、巣ごもり卵など19品目）を生徒と保護者がともに学ぶ。

生徒からの声

ごはんやみそ汁に牛乳を入れるなど、自分の家では普段作らない料理に驚きました。お母さん方と話しながら作ることで、みんなと仲良くなれてよかったし、とても楽しかったです。



7つの班がそれぞれ異なる内容で調理実習を開催

(3) 地域の食材探しと新メニューの考案〔平成19年6月～7月〕

(フードデザインの授業で2年生15名が参加)



考案したメニュー例
(中島菜味噌煮込みうどん)

郷土の食材を探し、中島菜、小菊カボチャ、沢野ごぼう、魚介類などを活かした高校生の食べたい作りたい新しいメニューを考案する。

体験入学の中学生(13名)に、小菊カボチャ入り白玉だんごなどで、郷土の食材のおいしさと地産地消の大切さを啓発する。

生徒からの声

自分で料理を考えるのは大変でしたが、七尾周辺にはおいしい食材がたくさんあることがわかりました。中学生にも喜んでもらえてよかったです。

(4) 学校祭で朝食の大切さを展示啓発〔平成19年10月20日〕

(部活動で1・2年生家庭クラブ員11名が参加)

朝食の大切さや郷土料理についてまとめ、学校祭で展示し、朝食のメニューを来校者(約100名)に配付する。保護者も生徒の健康と地産地消の大切さを考え、郷土の野菜が豊富な炊き込み御飯とめった汁を学校祭の模擬店メニューに加え、来校者に啓発する。



朝食の大切さ等の掲示

▶先生からひとこと

今回の事業では、能登の豊かな自然から得られる様々な食材と、熱心に意見を出して下さるPTA 母親委員のみなさんに支えられ、体験活動を進めてきました。特に生徒と保護者の料理教室はお互いが普段の思いを理解する良い機会になったと、とても好評で、今後もこのような活動を継続できたらと考えています。生徒が家族とともに調理する機会を多く持ち、郷土のすばらしさや食生活の大切さを実感して、「郷土」や「食生活」の大切さを家族や地域の方に、今後も発信し続けてくれることを願います。

石川県立珠洲実業高等学校（珠洲市）

取組の目的

- 各家庭に伝わる料理について由来や調理法などの知識を深める
- 幼児との調理と会食を通じて、親心を育む体験をする
- 調理実習を通じて、自分で地域の食材を利用した料理を作ることができるようになる

取組の内容

(1) 我が家の「いもだこ」を比べる調理実習（平成19年10月24日）

（家庭総合の授業で3年生40名が参加）

講師：能登里山里海自然学校内食堂 へんざいもん 代表者 沢谷わたえ氏



講師からの「いもだこ」の講話

「さといも」と「じゃがいも」の2種類の「いもだこ」の違いを学ぶ。各家庭に伝わる味との違いを体験し、生徒が自分の求める作りたい味を選び、身につける。

生徒からの声

「いもだこ」は家では「さといも」で作るけど、「じゃがいも」の「いもだこ」もおいしかった。準備から素早くできてよかった。また、家に帰ってからも作ってみたいと思います。

(2) ひとりでさばくイカの塩辛づくりの実習（平成19年10月24日）

（家庭総合の授業で3年生40名が参加）

講師：元蛸島漁業協同組合 竹沢鉄夫氏

生徒が講師の指導のもと、ひとりでイカをさばき、塩辛づくりを学ぶ。自信作の塩辛を自宅の保護者にお土産として届ける。

生徒からの声

初めてイカをさばいた。ヌルヌルしてなかなかうまく切れなかったけど、さばけた達成感がうれしかったです。



一人ひとりが1杯のイカをさばく

(3) 幼児との調理実習を通じて親心を学習〔平成19年11月20日〕

(家庭総合の授業で3年生40名が参加)

講師：能登里山里海自然学校内食堂 へんざいもん 代表者 沢谷わたえ氏



熱湯に気を付けながら、一緒に白玉をゆでる。

生徒が特産の能登大納言小豆を使った二色白玉ぜんざいを幼児と共に調理し、親心も学ぶ。

生徒からの声

幼児達は思っていたより、よく人の話を理解してくれたし、最後の後片付けも一生懸命手伝ってくれてびっくりしました。子ども達はこんなお手伝いもできるのかと驚きました。

(4) 保護者を対象とした珠洲のさまざまな郷土料理の講演

〔平成19年11月4日〕

(学年行事で生徒の保護者10名と3年生67名が参加)

講師：珠州市食生活改善推進協議会顧問 大安節子氏

保護者と生徒が、珠洲を中心とする能登の豊富な食材の特徴や郷土料理の由来を学ぶ。



郷土料理を紹介する講師

▶先生からひとこと

地元の郷土料理を「分からない」と答えた生徒が半数近くいたことから、身近な日常の食卓で食べられている郷土料理に取り組みました。

大浜大豆や能登大納言小豆、珠洲の塩や酒など、地元の特産食材を使用し、地元豊かな食材についても生徒が再確認することができました。イカをさばく経験は生徒のほとんどが初めてで慣れない包丁に悪戦苦闘しながらも、手作りの味は格別と、生徒は満足そうに食べていました。幼児との交流では、普段とは違うやさしい表情で接していた姿が印象的です。

「珠洲のごっつお」と題した講演会では、保護者の方から「大切な郷土の味、おふくろの味を伝えていきたい」という感想が多く聞かれました。

愛情がこもった手づくりの美味しさ、そして郷土の豊かな食材を生徒が受け継ぎ、将来親になった時は子どもへと、温かい日常の食卓の中で伝えてくれることを願います。

放課後児童クラブ等における食の体験（輪島市の例）

取組の目的

- 学童期の子どもが、育つ場、生活の場となる放課後児童クラブ等において豊かな食の体験を行う
- 地域の母親クラブや食育ボランティア等と連携して実施することにより、地域での食育を推進する
〔実施場所：河原田児童クラブ ほか〕

取組の内容

【食育プログラム】

- 子どものおにぎりのみそ汁クッキング（8月17日）
- 大根とかぶの種まき体験（8月29日）
- 稲刈り体験（9月4日）
- 千歯扱きでの脱穀、一升瓶での粳摺り体験（9月28日）
- 脱穀から精米までのミニ体験と講話（10月10日）
- 野菜と体の健康のはなし（12月19日）
- さつまいもとチンゲンサイの収穫、公民館で出品（11月）
- 子どもの豚汁クッキング（12月25日）



調理設備が無くても大丈夫！
どこでもクッキングできるよ！



自分でやり遂げた達成感が、
「生きる力」になる！

【食を通じた体験のポイント】～主役は“子ども”です～

- “主役”を支える大人の役割三原則 **信じる** **見守る** **待つ**
- 見守りのポイント
 - ①子どもの力を信じて任せる
 - ②魔法の言葉をかける
 - ③「忍」の一字で待つ
 - ④否定しない
 - ⑤大人のこだわりを捨てる
 - ⑥子どものつぶやきを大切に！
- 成功のコツ
 - ①一人一人がすべての工程を経験できるようにしよう。
 - ②デモンストレーションは成功の第一歩！不足は手出し口出しのもと！！

【いしかわ食の体験ガイドブック】（平成19年3月 石川県健康福祉部）より

取組事例

若い親世代を対象とした食育と子育て支援（羽咋市の例）

〔親世代食育モデル事業〕

取組の目的

若い親世代が豊かな食を体験し、子どもに食を伝える力を養うとともに、子育てや食の悩みを語り合える場を持つことにより、食を通して子育て支援を行う。〔実施場所：羽咋子育てサロン、羽咋公民館〕

取組の内容

【食育プログラム】

- お祭り笹寿し等の地域の伝承料理を調理する（10月16日）
- 野菜などを使う栄養を考えたおやつ作りをする（11月13日）
- 冬野菜を使う風邪予防や体調を整える料理を作る（12月7日）
- 大豆や穀物を使う手軽な行事食を作る（1月17日）

【座談会】

- 子育ての悩みを持つ保護者同士が、共に調理し食を囲むことを通じて自分の思いを語り、共感しあえる仲間をもつことにより、子育てを楽しめる自分自身を見いだす。



調理がコミュニケーションの場に（*^_^*）



食のこと、子育てのこと、語ることでエンパワーメント！

取組事例

食育子育てアドバイザーの養成

取組の目的

母親の子育てや食に関する率直な悩み、思いが受けとめられる「安心の場」を運営するための考え方、ノウハウを学び、上記支援事業等で活動してもらう。

取組の内容

加賀地区・能登地区で計27名養成（6～7月）

【養成講座プログラム 1コース2日間】

- 食育って何するの？（石川県の取り組み）
- そもそも食育のねらいって何だろう？
- （食と子どもの育ち、食と子育て支援）
- 子育て支援ってどうするの？（子育て支援とは）
- 聴いてみよう、話してみよう（グループ体験）
- おいしい楽しい食の体験（みんなで試食）
- 人とつながる楽しさを味わう（グループ運営）

子ども食育ワークショップの開催

取組の目的

子どもの「生きる力」を育むため、子ども達の「体験」を地域ぐるみで支援する体制をつくることを目的に、子どもの育成に関わる関係者が一堂に会し、「食」を通じた子どもの体験について考える。

取組の内容

【子ども食育ワークショップ（全体会）】
9月7日、3月4日開催

子ども食育ワークショップ in 金沢 9月7日開催

子どもがよりよく生きるための「ライフスキル」と、子どもに関わる大人が職種の壁を越えて取り組むことの重要性について理解を深めた。

第1部 講演

「生きて行くには技術がいる！

～子どもにとってライフスキルとは？～

講師 和歌山県田辺第三小学校校長 北山敏和

食育はスキル（技術）なのか・・・「ライフスキル」とは？

スキルは健全な自己尊重感を持つことが基本にあってこそ生きるものです。ライフスキルの専門家により、食育に必要な力を、明解にかつ参加者が自ら学ぶ参加型の形式で語っていただきました。

第2部 講演

「食育が開く、新しい人間の輪

～子どもを育むために壁を乗り越えて～

話題提供

①広島県三次市 下野真弓さん

②石川県子育て支援課

③加賀市わかたけ保育園 辻有紀子、岩間正枝

食育は関係者の連携の力があってこそ前進します。しなやかに事業を進めるためには、肩書きにとらわれず人と人がどのように関わればいいのか・・・実践者の言葉を受けて参加者自身が考えました。

子ども食育ワークショップ in 金沢 第2弾 3月4日開催

子どもが自分で考え、自ら体験して学ぶことのすばらしさと大切さ、そして子どもの力を信じて、徹底して見守り、支援することのできる大人の力、意識を共有するあり方について理解を深めた。

第一部 ①石川県の食育～その歩みと意識の変容～

②「教育の現場で成し得るもの～『食糧、その日』から～」 新潟県上越市大手町小学校 教頭 栗岡秀明

20年近く、「空腹から学ぶ飢餓体験」を学校という場で実践してきた先進事例！子どもの生きる力をつむぐ食育を学校の教科の中でどのように位置づけ、教職員、保護者とどのように共通理解を形成してきたのか。その足跡をうかがうと共に、大人が意識を変えることで食育が人間形成に大きな力を持ちうることを学ぶ講演でした。

③パネルディスカッション「石川県でもできること」

新潟県上越市大手町小学校 教頭 栗岡秀明

金沢市立米丸小学校 校長 三田村英明

七尾市立天神山小学校PTA会長 関軒 明宏

④話題提供「世界の常識、日本の常識～食べ物を考える～」

北陸農政局消費・安全部長 藤定光太郎

第二部 ワークショップ「食育、それは意識の変革！～『食糧、その日』から見えるもの～」

参加者が情報を交換し合い、自分自身ができることを問いかけるグループディスカッションを行いました

子ども食育地域ワークショップ（地域会） 18市町各1回開催（11月～3月）

- 『つながる（連携）』、『伝える』をキーワードに、各市町の課題に応じたオーダーメイドで企画し開催した。
 - つながる 地域がつながる、行政の各関係部署がつながる、人と地域が元気になる
 - 伝える 次世代へ豊かな食とその記憶を伝える
- 参加者一人一人が自ら『知る』『考える』『（一歩）踏み出す』ための参加型ワークショップとした。
- 食育の主旨が理解され、一人一人が個々の問題として捉えるための啓発となった。



「ミニレクチャー」で食と子どもの育ちについて『考える』

「トークタイム」で課題や出来ることを『考える』そして『踏み出す』

子ども食育地域ワークショップ（地域会）テーマ一覧

- ① みんなでつなく食育の輪～家庭・学校・地域から～（宝達志水町）
- ② 次世代に伝える家庭の味（志賀町）
- ③ みんなでつなく食育!!～広げよう健康・地域づくりの輪～（かほく市）
- ④ 七尾で食育に取り組もう～地域食材を通して（七尾市）
- ⑤ 子どもを持つ家庭へ～食を通しての家族のきずな（野々市町）
- ⑥ 『食育』って何だろう？（輪島市）
- ⑦ 食育はおいしい、楽しい（津幡町）
- ⑧ 地域のみみなで育てよう、うちなだっ子（内灘町）
- ⑨ 地域で取り組む楽しい食育～広げよう食育の「輪」～（中能登町）
- ⑩ 能美市のおもしろ食育大公開！～食育ネットワークづくりを始めよう（能美市）
- ⑪ 広げよう伝えよう食育の輪～元気な次世代を育む食事～（穴水町）
- ⑫ みんなで考える食育～こうなったらいいな川北っ子～（川北町）
- ⑬ 珠洲まるかじり！～子どもも大人も一緒に食を語ろう～（珠洲市）
- ⑭ みんなで考える食育～こうなったらいいな加賀っ子～（加賀市）
- ⑮ 夢探し、未来に伝えたい食育（能登町）
- ⑯ 子どもたちに豊かな食を～顔が見えるネットワーク～（小松市）
- ⑰ 楽しく食べる食育～羽咋の食を伝える～（羽咋市）
- ⑱ 未来につながる食育（白山市）

学校名

金沢市立三馬小学校 (金沢市)

取組の目的

- 各教科等や給食の時間における食に関する指導を充実する。
- 学校と家庭との連携による食に関する指導を充実する。
- 学校と地域との連携による食に関する指導を充実する。

取組の内容

(1) 各教科等における食に関する指導の実施

食に関する指導目標から各学年ごとの指導目標と指導内容を作成し、指導計画にそって、各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間等の中で、担任と栄養教諭や学校栄養職員、地域生産者等が連携して食に関する指導を進めた。また、地場産物を使った食に関する指導も各学年で実施し、2年生の生活科の時間では、加賀野菜の源助大根生産者をゲストティーチャーとして迎えた授業を行い、地場産物についての知識を深めるとともに、「感謝の心」や「食文化」を大切にすることを育むことができた。



国語の時間に作った川柳
よせあって おおきくなるよ
げんすけだいこん

(2) 「おやつ」をテーマにした家庭教育学級の開催



給食だよりや食育だよりの発行の他に育友会と連携して、試食会や家庭教育学級を実施した。食生活アンケートの結果をふまえて、おやつの望ましいとり方や成長期におすすめるおやつについての講話と手作りおやつの実習を親子で行った。

保護者からの声

スナック菓子やアイスクリームばかりでなく、おいしくて体によい手作りおやつを家庭でもぜひ作ってみたいと思いました。

子どもも喜んで料理ができ、お手伝いのきっかけになりました。

フルーツ金時草ゼリー・ミルク餅
きなこクッキー・ポテチーズ

(3) 給食の時間における食に関する指導の実施



3年生「よく噛んで食べよう」の指導

栄養教諭・学校栄養職員が給食の時間に各学級を訪問し、テーマをもって指導を行うとともに、毎日の手洗いや配膳の様子、食事の様子なども確認し指導している。3年生では、「よく噛んで食べよう」というテーマで、日頃のどれくらい噛んで食事をしているか振り返らせるとともに、よく噛むことの効果について指導した。

生徒からの声

いっぱい噛めば、むし歯になりにくくなるということがわかりました。これからいっぱい噛んで頭をよくしたい。

(4) 公開研修会の開催（他校教職員、保護者、地域住民等 約100名が参加）

食育推進公開研修会を開催し、2年道徳では食べ物の大切さや感謝の心について、4年学級活動では健康を考えたおやつのととり方について、5年社会科では食の安全についての授業を公開した。また、児童の発達段階に応じた食に関する指導の充実、学級担任と栄養教諭が連携した食に関する指導のあり方、家庭や地域との連携のあり方についてこれまでの研究の成果を発表した。



2年生 道徳「世界のどこかで」の授業

参加者から

多方面にわたる研究で成果があがっており、食育が継続されていくことを期待します。

▶先生からひとこと

昨年から三馬小学校では本格的に食育に取り組み、少しずつですが、子ども達が食べ残しをしないようにするなど、食への意識や行動に変化があらわれてきています。また、子どもが学んだことを家庭で話して保護者の方も勉強になっているといったことも耳にするようになり、学校・家庭での双方向の連携ができつつあります。学校で食育を継続していくことで子どもから家庭に伝わり、地域に広がるよう、保護者や地域の方々のお力をお借りしながら、これからも努力していきたいと思えます。

小松市立日末小学校 (小松市)

取組の目的

- 各教科や給食の時間における食に関する指導を充実する。
- 学校と家庭との連携による食に関する指導を充実する。
- 学校と地域との連携による食に関する指導を充実する。

取組の内容

(1) 各教科等における食に関する指導の実施

各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間等の中で、「けんこう」「食ぶんか」「かんきょう」の3つの視点から、栄養教諭や学校栄養職員、地域生産者等多くの人とともに食に関する指導を進めた。

5年生の総合的な学習の時間では、アイガモ農法による米作りの体験をとおして、農家の方が安全でおいしい米作りのために工夫し努力していることを理解させることができた。



アイガモとお米作り！
環境にやさしいお米を
作ろうね。

(2) 「食」をテーマにした親子レクリエーションの開催



4年生児童からの声

ハンバーグはむずかしくて、コーンスープはかんたんで、ブロッコリーもかんたんで、にんじんのグラッセは、ハブニングがあっておもしろかったです。

給食だよりや食育だよりの発行、試食会の開催とともに、各学年ごとに食に関するテーマで親子レクリエーションを開催することで保護者の食に対する意識の向上と家庭の食生活改善を図った。

- 1年 よもぎだんご作り
- 2年 おにぎり作り
- 3年 カレー作り
- 4年 親子でハンバーグ作り
- 5年 流しそうめん
- 6年 夏野菜サラダとうどん作り

(3) なかよし給食、選択給食（セレクト給食、バイキング給食） 地場産物を活用した給食等の実施



なかよし給食

好ましい人間関係を育てるため、異学年がグループをつくり楽しい会話で会食ができるよう「なかよし給食」を実施した。また、児童が食と健康について考え自ら食事を選ぶことができる選択給食、日末地区特産の人参の葉の天ぷらなど地場産物を取り入れた給食なども実施した。

おにいさんやおねえさんと
いっしょに食べたら、
いつもの給食が
もっとおいしくなったよ！

(4) 研究発表会の開催（他校教職員、保護者、地域住民等 約170名が参加）

食育推進研究発表会を開催し、給食の時間での指導、学級活動や家庭科での食に関する指導の取り組みを発表した。また、講演会では、横浜国立大学教授 金子佳代子 氏より「学校と家庭・地域を結ぶ食育」と題して、学校、家庭、地域が連携して食育を進めることの大切さについてお話しいただいた。



3年生 学級活動
「のみものについて調べよう」の授業

▶先生からひとこと

日末小学校の子どもたちは、給食で、春に甘いいちごを食べ、秋においしいにんじんの葉のかきあげをいただきます。いちごは、子どもたちの手で苗がうえられ冬の寒さに耐えて、春に白いかわいい花を咲かせます。そして、実をつけていろいろな方とのつながりを深めていくのです。その一年間の育ちは、子どもたちの成長そのものです。私たちは、この事業を通してたくさんの方々と食育について考え学ぶ機会をいただきました。さらに、学校と家庭の連携がより深まりました。感謝の気持ちでいっぱいです。

津幡町

取組の目的

- 学校、学校関係者、生産者等の連携を図り、地場産物の学校給食への供給体制を整える。
- 地場産物を教材として活用した食に関する指導及び魅力ある献立を研究し、学校給食や指導等に取り入れることで、児童生徒や保護者の地場産物への理解を深める。

取組の内容

(1) 地場産物を活用した給食の実施

地場産物を使った給食メニューを提供するとともに、給食の時間や学級活動の時間等で、食材についての指導を実施する。また、給食だよりや試食会を通してその由来や作り方を家庭に伝えるなど、保護者にも地場産物を啓発する。



地場産物を使用した献立

地場産物を使用した献立

- ・まこもご飯（まこもたけ）
- ・さんまのおろし煮
- ・源平なます
- ・かぼちゃのみそしる（えびすかぼちゃ）

試食会に参加した保護者からの声

「まこもたけ」の調理手順など細かく、わかりやすく説明してもらえ、作ってみようと思いました。

(2) 「まこもたけ」に関する授業等の実施

〔中学校技術・家庭科の授業〕（津幡町立津幡南中学校 1年生）
〔総合的な学習の時間〕（津幡町立萩野台小学校、刈安小学校5年生）

津幡南中学校では、担当教諭と学校栄養職員が連携し「まこもたけ」を使った「まこもの豚肉巻き」を実習した。また、倶利伽羅塾の水田で、まこもたけの植え付けから育成、刈り取りを体験学習した。

調理実習をした生徒からの声

給食以外で食べたことがなく、調理前の姿を見るのも初めてだった。作るのも初めてだったがおいしかった。



1年生に「まこもたけ」の調理実習等を実施

(3) そば打ち体験

〔総合的な学習の時間〕（津幡町立萩野台小学校 5年生）



そば打ち体験

新そばが出始める10月に萩野台小学校で、そば打ち体験を行った。「俱利伽羅そば」が津幡町の特産であることから、地元の製麺業者を講師に招いて、その特徴やうらじろの葉をつむ時期やどの部分の葉をつむのかなどのお話を聞きながら、地場産物について理解を深めた。

児童が打ったそばは、敬老会でお年寄り達にふるまい、喜ばれた。

(4) 保護者を対象とした「食育講演会」の実施

講師：北陸学院短期大学 食物栄養学科 教授 新澤 祥恵 氏
かほく市立宇ノ気小学校 栄養教諭 田川 恵子 氏

新澤教授からは、「子どもたちの食生活について」と題して、生活リズムの向上、早寝、早起き、朝ごはんの大切さ、生産体験、調理体験させることの必要性についてお話しいただいた。また、田川栄養教諭からは、「コミュニケーションを深める学校給食」と題して、学校給食における食に関する指導の取り組みや、調査結果から見える児童生徒の食生活の実態について、お話しいただいた。



保護者への講演会

▶ 学校栄養職員からひとこと

津幡町には、まこもたけ、しいたけ、金時草など多くの地場産物が生産されていますが、知名度が低く、料理方法も十分知られていないのが現状です。そのため、児童生徒には、教育活動の中で、まこもたけの栽培、収穫体験、調理実習などを実践し、地場産物への理解を深めてもらうよう取り組みました。また、保護者には、試食会や食育講演会を開催し、地場産物や食に関する指導に興味関心を抱いてもらえるような取り組みを行いました。その結果、児童生徒が地域の特産物に興味を持つようになりました。これからも、児童生徒が食を通して、地域の自然、食文化などについて理解し、郷土への関心をより深めることができれば、と考えています。

能登北部食育推進実行委員会

(事務局：能登北部保健福祉センター)

目的

- 地域の食育の取組を推進
- 管内の食育関係者の連携の推進

活動の内容

(1) 管内の食育関係者の連携を推進〔平成20年3月17日〕



実行委員会を開催し、各団体の食育の取組を情報交換した。その後、食育関係団体、食育に興味のある方々を対象に、地域版食育推進計画の取り組み報告会を開催した。

(2) 地域の食育の取組を推進する講演会の開催〔平成20年3月17日〕



子どもの食育と料理研究に造詣が深い坂本廣子氏による講演会を開催



(講演概要)

親が「危ないから」と子どもの体験の機会を奪っている。実際に体験すれば、納得しながら学んでいけるので、飲み込みが早い。出来る喜び、学ぶ楽しさを自分で見つけることが大事。

能登中部食育推進実行委員会

(事務局：能登中部保健福祉センター)

目的

- 地域版食育推進計画等の策定の推進
- 管内の食育関係者の連携の推進

活動の内容

(1) 管内の食育関係者の連携を推進〔平成19年9月27日〕



実行委員会を開催し、各団体の食育の取組を情報交換。

(2) 地域版食育推進計画の策定を管内全市町に推進



(事例1) 七尾市豊川公民館の計画策定を支援。



(事例2) 中能登町天神地域の計画策定を支援。



各地域の計画に、「我が家のほのぼのプラン」(家庭版食育推進実践ワークシート)を盛り込む等、助言した。

石川中央食育推進実行委員会

(事務局：石川中央保健福祉センター)

目的

- 管内の食育取組事例の実態把握
- 管内の食育関係者の連携の推進

活動の内容

管内の食育取組事例を視察〔平成20年2月16日〕



蝶屋公民館の地域版食育推進計画の取組について、子ども食育応援団である井関生産組合に視察し、取組経緯などの説明を委員が聞く。

御手洗公民館の地域版食育推進計画の取組について、子ども食育応援団である徳光野菜婦人部に視察し、取組経緯などの説明を委員が聞く。



いしかわ食育手伝い隊である石川県漁業協同組合女性部の魚食を通じた食育活動について、かないわ銭五会館で視察し、取組経緯などの説明を聞く。

南加賀食育推進実行委員会

(事務局：南加賀保健福祉センター)

目的

- 市町への食育推進計画の策定促進
- 管内の食育関係者の連携の推進

活動の内容

(1) 管内の食育関係者の連携を推進〔平成20年3月12日〕



実行委員会を開催し、各団体の食育の取組を情報交換。

(2) 市町の計画策定を促進する食育推進講演会の開催〔平成20年3月12日〕

福井県小浜市市民まちづくり部
食のまちづくり課政策専門員
(食育) 中田典子氏による講演。



小浜市が食育推進の条例を制定し、食育によるまちづくりを進める経緯などの説明を委員が聞く。

いしかわの食育の取組

(石川県における食育の取り組み事例集)

平成20年3月 発行

石川県健康福祉部少子化対策監室 子ども政策課

〒920-8580 石川県金沢市鞍月1丁目1番地
電話：076-225-1447 / FAX：076-225-1423

<http://www.pref.ishikawa.jp/kodomoseisaku/index.html>