

「食育保育園『食のちから』で広がる子育て広場」事業

「災害時に備える」をテーマにしたユニークな食育料理教室で子どもや保護者に「防災と食」の大切さを認識してもらう

大震災を経験した地域ならではの発想で「食育」をテーマにした事業ができないか。そうした観点から生まれた「食育料理教室」。参加した子どもや保護者は、限られた条件のなか、保存食や身近にある食材で簡単においしい料理が作られることに感心していたという。こうした体験を情報として共有することが、いざというときに大いに役立つに違いない。

ラジオ関西に設けられた実行委員会の手でいざというときに役立つ料理教室を開催

さまざまなメディアを通じて「食育」という言葉を目にし、耳にすることが多くなったが、その意味する内容は多岐にわたっている。神戸市を拠点に関西一円をサービスエリアに放送活動を行っているラジオ関西では、昨年度、社内に「食育保育園『食のちから』で広がる子育て広場実行委員会」を立ち上げ、兵庫県下の保育園や児童館などに通う幼児・児童とその保護者を対象に、食育を目的とする料理教室を開催したが、そのメインテーマとして掲げたのは「災害時に備える」であった。

2015年1月に阪神淡路大震災から20年という節目を迎え、防災を考えるという意味でも時宜にかなったテーマであるが、保存食や身近にある食材を使って「温かい料理」や「栄養バランスを考慮した料理」を簡単に作る工夫によって、自炊経験の浅い人や高齢者の「食の自立」に役立てようという願いも込められている。併せて「食材を無駄にしない」、「食の伝承」もテーマに掲げたが、前者には残った食材をアレンジして料理することを通じて、地球環境に配慮した食生活や毎日の暮らしの中でできるエコを考えようという目的が、後者には「地産地消」を象徴する食材や郷土料理を知ることで、地元の食材の購買意欲を高め、地域経済の活性化や地域への愛着につなげようという目的がある。

ラジオ関西では、子育てネットワークツールとして保護者へのメール配信やホームページ作成が簡単にできる「よ

い子ネット」を開発し、2004年から兵庫県の民間保育園を中心に提供してきたが、これを利用している600以上の施設が発信する情報を分析すると、食育への関心の高まりが感じられたという。また、兵庫県が進める「食育推進計画(第二次)」において、きちんと朝食を食べる人や家族で食事を作って食べる人の割合が20～30歳代で低いことが課題のひとつとされており、この世代がよい子ネットを利用する世代と重複することからも、地域社会への貢献の一環として、食育を目的とした料理教室が企画された。

災害時の条件を考慮した調理法や食材を使い兵庫県内5カ所の会場で行われた料理教室

食育料理教室が開催されたのは、洲本市の千草保育所、篠山市の篠山市立丹南児童館、西脇市の西脇保育



災害時に役立つ料理教室 参加者募集のお知らせ

いつ起こるかわからない災害に「食」から備えることを考える料理教室です。
限られた食材や調理方法で工夫した温かい料理で、心も身体も暖めましょう！

MENU
★白ご飯
★シチュー
★ポテトチップスサラダ
★カラフルピーマンの塩昆布和え
★フルーツかん
※献立は変更になる場合があります。ご了承ください。

■日時：9月20日(土) 10:00～12:30
※警報発令等で休園の場合は延期とし、後日、開催日を連絡いたします。

■場所：洲本市立千草公民館

■対象：3～5歳児(年少～年長)とその保護者

■定員：15組程度(1組2名)
※先着順となります。3名以上で参加希望の場合はお問合せください。

■持ち物：エプロン・三角巾・マスク
※ペットボトルのお茶をご用意していますが、お茶以外の飲み物が必要な方はご持参ください。

■参加費：無料

■申込方法：申込用紙に必要事項を記入して提出

■締め切り：8月22日(金)

■その他
・お子様の年齢に応じて刃物や加熱器具の使用を考慮いたします。
・食物アレルギーをお持ちの方は事前にお知らせください。
・参加者以外の同伴及び見学はご遠慮ください。
・料理教室の様子を撮影し、『食育保育園「食のちから」で広がる子育て広場』ホームページ及び料理レシピ集(後日配布)で紹介いたします。あらかじめご了承ください。

■お問い合わせ先：千草保育所【TEL: 0799-22-6600】
主催：食育保育園「食のちから」で広がる子育て広場 実行委員会(㈱ラジオ関西)

AJOSC 全日本社会貢献団体機構 | ぽんこつふんふん | ぽんこつふんふん

平成14年9月20日洲本市千草保育所での料理教室参加者募集のチラシ



相生市八幡保育所での料理教室で野菜と一緒に切る親子



ポリ袋に材料と調味料を入れて湯せんで火を通すバッククッキング

所、相生市の八幡保育所、明石市のすばる保育園の5カ所。たとえば千草保育所のケースでは、3～5歳児とその保護者あわせて30人が参加し、地元の公民館の調理室と和室を会場に、バッククッキング(ポリ袋に食材や調味料などを入れ、鍋の湯で煮込む調理法)で白ごはんやシチュー、さらにカラフルピーマンの塩こんぶ和え、フルーツかんを作った。

また、すばる保育園(兵遊協社会福祉事業協力が設立・運営)では3～5歳の園児42人が参加したが、園内駐車場にビニールシートとテントを張り、災害時に避難所などでよく行われる豚汁の炊き出しを再現するとともに、電気が使えなくなったことを想定して、お湯を入れるだけでご飯が炊けるアルファ米と地元産の明石のりを使ったおにぎりを作った。

「当初は、どの場所でも同じ内容のパッケージ化された料理教室を考えていましたが、保育園の関係者などからさまざまな意見をいただき、結果、それに合わせ、会場ご

担当者より



事業の全般に助成金が役立ちました

食育保育園「食のちから」で広がる子育て広場実行委員会
ラジオ関西メディア開発部
山本純子さん(左)
高木理恵さん(右)

食材費や会場費はもとより、webシステム構築やレシピ本の製作まで、今回の助成がなければこの活動は実現できませんでした。助成を受けたことで公共性が高まり、兵庫県や食生活改善協会の協力を得ることもできました。また、自分たち自身の勉強にもなり、大変感謝しております。

とに個別の内容となりました。しかし、それがかえって料理教室を自分たちの手で作り上げていくことになり、子どもたちや保護者にも喜んでいただける機会を提供できたと思います」と話すのは、実行委員会の山本純子さんと高木理恵さん。「トラブルもなく、なによりも作ったものがおいしかったことが最大の喜びです」と、達成感を語る。

この事業は、兵庫県こども政策課と健康増進課、兵庫県食生活改善協会の協力のもとで実施されたが、なかでも兵庫県食生活改善協会には講師の派遣からレシピの考案まで、全面的に協力を得たという。実行委員会では、ホームページ上で料理教室の模様やレシピを紹介するとともに災害時に役立つアイデアなども掲載した料理レシピ集を製作するなどにより、今回の事業の成果を広く発信していく予定だという。



今回の事業から生まれた「食育料理教室レシピ集」