

家庭でも「食」を通じて親子で会話を

産地を意識してみる

お子さんとスーパーへ買い物に行った時などに、「今日は淡路島産の玉ねぎと大阪産のキャベツを使って、野菜炒めにしよう」といった具合に、食品の産地を意識するような声かけをしてみましょう。



家族で農業体験をする

地域で行われている田植え体験や草刈り、収穫などの農業体験をすることも食育のひとつの方法です。あたりまえのように食べている食材も苦労の上に作られていることを子どもたちも実感できます。



食品ロスを話し合おう

食品ロス法が成立へ向かうなど、食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」の削減に向けて国や自治体も動き出しています。フードシェアリングや食べ残しなどについて、親子で話し合ってみましょう。



取材協力

武庫川女子大学

【中央キャンパス】
兵庫県西宮市池開町6-46
<http://www.mukogawa-u.ac.jp/>

食

育といえは、栄養学的なことをイメージされる方も多くいますが、私は子どもたちに「食べもの」という側面には人がいる、という、人の存在や関わりを感じてもらいたいとも食育だと思っています。今、全国の小学校では、様々な食育授業が行われていますが、教諭のみならずが創意

私

が主宰する「食育実践研究会」でも、たとえば小4の図画・工作の時間に大漁旗を制作するという学習を行いました。実際に漁港の見学をして、漁で獲れたシラスが

食

は子どもたちにとっても身近な

食育をきっかけに子どもたちに地域への愛着をもってもらいたい



profile
藤本 勇二 先生

武庫川女子大学 教育学部 教育学科 准教授
小学校教諭として地域の人に学ぶ食育を実践。文部科学省「食に関する指導の手引き」作成委員、「今後の学校における食育の在り方に関する有識者会議」委員。「食と農の応援団」団員。環境カウンセラー（環境省）。2010年4月より現職。

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ



身近な存在である「食」を通して地域や社会への理解を深める「食育」
武庫川女子大学で教員養成に携わる藤本勇二先生は、文部科学省の食育に関する有識者委員としても活躍する食育授業のエキスパート。実際にどんな取り組みをされているのか、そして、家庭でも親子で簡単に取り入れられる「食育」のヒントを教えてくださいました。

水で冷やされ、競りにかけられ、あつという間に出荷されていく様子を目の当たりにした子どもたちは、その体験を振り返りながら制作を進めました。また、小6の社会科学習では「たこ焼きがなくなる日」と題して、たこ焼きに使われている食材の食料自給率を通して、食料自給率の低下によって起こる問題を子どもたちに考えてもらいました。日本の食料自給率の割合でたこ焼きを作ると、とても固まりそうにない、水っぽいたこ焼きになってしまうことがわかり、子どもたちも実感が湧いたようです。

また昨今、社会問題にもなっている、食品ロスについても、患方巻きを題材に授業で取り上げた学校もあります。このように、食育授業を通して、ただ単に消費行動を行うだけでなく、自分で考えて、選ぶという子どもたちにも根付かせたいと考えています。自分の住む地域の産物を知り、食べることで地域に愛着を持つてもらいたい。食育の環境だと思っています。ご家庭でも親子で食について話す機会を持っていただきたいですね。

受験勉強に おすすめのお菓子



(上) 油分はバター100%でベーキングパウダー、卵は不使用。保存料も一切使用していない。
(左) 様々なお料理に活用できる甘味料。お砂糖の代替として20%を目安に使用するのが効果的。



絹乃屋 (キヌノヤ)
川西市大和東1-50-5
営/不定期営業・不定休
☎072-714-3249
※電話注文は承っておりません。
注文はホームページより。
<https://kinunoya.ocnk.net>



▲詳細・ご注文はこちらより

MENU
【クッキー(バター、シナモン、チョコレート、抹茶、紅茶)】
●Gl-control インマルツローズ 100%.....各450円(7枚入り)
●Gl-control インマルツローズ Half(ハーフ).....各450円(7枚入り)
【甘味料】
●Gl-control インマルツローズ100%.....1袋(160g) 1,200円
※総額2,000円以上お買い上げの方は送料無料 ※価格は全て税別

食事をゆっくり吸収させ、元気で太りにくい健康な体を創ることを意味する"スローカロリー"という言葉をご存知だろうか?今回紹介する「絹乃屋」が製造・販売するのは、糖質をゆっくりと吸収する作用があるインマルツローズという甘味料を使用したクッキー。血糖値の上昇も緩やかにしてくれるので眠くなりやすく、適度な満腹感が持続するので勉強中のお菓子に最適だと、受験を控える子どもを持つママ達の間で注目されている。味はバター、シナモン、チョコレート、抹茶、紅茶の5種類。店頭販売も行っているが、不定期営業のため、ご注文はネットショップから(左記QRより)がベター。

ゆっくり吸収される糖質なので眠くなりやすい受験勉強に集中したい子に最適なお菓子

工場見学・体験



チーズ作り体験(10分)では、温めた牛乳にお酢をいれるだけでできる簡単なチーズ作りを体験できる。子どもたちは興味津々!



実際に商品が製造されているところを見学できるほか、展示パネルや案内スタッフによる目からウロコの豆知識も聞ける。

森永乳業株式会社
神戸工場
神戸市灘区摩耶埠頭3番
受/平日9時~17時半
☎06-6341-0271
(西日本支社 お客さま相談室)
森永乳業 神戸工場 で検索

牛乳や乳製品ができるまでを学び親子で食について考えるきっかけにしよう

森永乳業神戸工場では、日ごろ口にする牛乳や乳製品の製造を見て学べる工場見学を実施している。特に、6月は「牛乳月間」に合わせて特別見学会を開催。期間中はチーズ作り体験を楽しめ、オリジナルグッズをもらえる。7・8月には、少人数でも参加できる「夏休みファミリーデー」も開催。詳しくはHPをチェックして。

神戸工場 工場見学情報

- 時間:10時~13時~ 各回約90分
- 申込:下記TELより要事前予約
- 【牛乳月間 特別見学会】
- 開催日:6/3(月)~28(金)の平日 ●対象:小学生以上
- 人数:15~60名程度の団体 ●体験:チーズ作り体験
- 【夏休みファミリーデー】
- 開催日:7/23(火)・25(木)・30(火)・8/1(木)・6(火)・8(木)・20(火)・22(木)・27(火)・29(木)
- ※8月分の予約開始は6/3(月)から
- 人数:1組2~14名 ※15名~の団体は別日で予約可
- 対象:年齢制限なし ※乳幼児は家族同伴
- 体験:ヘルシーレアチーズ風デザート作り体験

City Life

みんなの小さなエコを大きなコエに

総出展店舗数
800店舗
(予定)
※1日平均約500店舗
(予定)

HANDMADE CRAFT

ハンドメイド・クラフト作品が大集合!

ロハスフェスタ

2019 南港 Summer

8.10 sat. 11 sun. 12 mon.

10:00~17:00

最終日のみ16時、入場販売は終了時間30分前まで

インテックス大阪1・2号館

ハンドメイド・クラフト作品が大集合! キッズワークショップも多数参加!

今年も南港にロハスフェスタがやってきます!今年も昨年よりもスケールアップして開催。環境と人にやさしく、そしてこだわりを持って心豊かに暮らすLOHASな生活スタイルをぜひお楽しみください。

場所 インテックス大阪1・2号館 [大阪市住之江区南港北1-5-102]
日時 8.10(土).11(日).12(月休). 10:00~17:00
会費(入場証) 当日券:900円 前売券:700円 [小学生以下無料] ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名無料。
主催 ロハスフェスタ実行委員会 問合せ ロハスフェスタ事務局(シティライフNEW内)
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘 1-13-23 Tel.06-6338-0641 Fax.06-6368-3505

前売券はローソン・ミニストップ店頭Loppi、ローチケHP等で発売中。
Lコード:55487 <http://l-tike.com/>

出展者募集中!

~6/16(日)23:59まで
詳細は公式WEBにてご確認ください



※イベント内容は予告なく変更になる場合がございます。ロハスフェスタ 検索

SDGsが達成された社会を目指すために、ロハスフェスタでは、さまざまな取り組みを行っています。



リサイクル資源をお持ちください
ロハスフェスタでは下記資源を回収しています。
□牛乳パック □ダウン □使用済み天ぷら油 □古本 □紙袋

マイ食器・カトラリー、マイボトル、マイバッグを持参ください

公共交通機関をご利用ください 開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の入庫に数時間かかる場合があります。