



第7回 たからづか食育フェア ～伝えていこう「日本の食文化」～

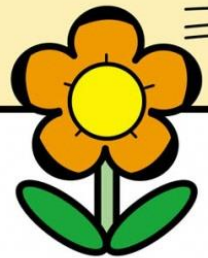
「和食：日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化遺産に登録されました。第2次たからづか食育推進計画でも、「食文化の継承」を6つの施策の1つに掲げていることから、今年は「食文化」をテーマに、子どもたちが「食文化」のすばらしさについて学び、大人たちが再認識することで、大人も子どもも、食文化を守り、次世代へ伝えていこうという気持ちを育てていただくことを目的に開催いたしました。当日は、約300名の方にご来場いただき大盛況でした。

【日 時】 平成29年（2017年）8月19日（土）
10時～14時30分

【会 場】 宝塚市立東公民館

【テーマ】 伝えていこう「日本の食文化」

【内 容】 「食文化」は、海外の影響なども受けながら、時代とともに変化しています。また、食材・料理・栄養・おもてなしの心・食事の場・食べ方など、日常の食の営みの中に広範囲に存在するため、食文化について、広く様々な切り口から紹介しました。



今年は6人の食育マンが参上！（^^）！
来場者と楽しい食育体験を行いました。

■ 乾物ってなあに？

保存食には、先人の知恵がたくさん詰まっています。
そこで、保存のために、よりおいしく食べるために、「食べ物を乾燥させる技を使った乾物」について紹介しました。

「巻きずしの具」としてよく利用される「干びょう」や「干しシイタケ」について学んでもらいました。



■ おだしのあれこれ

日本食（和食）の基本は、シイタケ・かつお・煮干し・昆布等でダシをとり、料理に使用していることです。そこで、おいしいだしの取り方やだしの試飲などを行いました。



■ちょっとした飾り切りでワンランクアップ！

日本食は、単に食べるだけでなく、よりおいしく食べるために、さまざまな演出を施しています。

そこで今回は、「飾り切り」や「盛り付けの工夫」について紹介しました。また紹介するだけでなく、実際に飾り切りの体験もさせていただきました。



■行事食のものしり博士になろう

季節ごとの行事やお祝いのおきに食べる特別な料理を「行事食」といい、行事食には、それぞれ由来があり、また、家族の幸せや健康を願う意味がこめられています。

そこで、行事食について、その由来や、メニューなどを紹介しました。



■お箸の展示コーナー

日本には、食事のマナーやおもてなしがあります

お箸は、調理の盛り付けから食事までこなす、まさに和食を支える存在です。他にもお箸を使う国はありますが、箸だけでご飯を食べるのは日本だけだと言われています。

そこで、箸の持ち方、使い方、食べるときの音・姿勢などの食事のマナーについて楽しみながら、学んでもらいました。



食育マン（おぎょうぎまん）と一緒に
お箸の練習中 (^_-)-☆

自分に合ったお箸の長さを
確認してもらいました。 ➡



■その他の様子



●お米から作られてる食品はどれでしょう？
食育マン（おこめマン）と一緒に考えて
みよう。



●食育かるたで、食文化について学
びました。



●学校給食の試食

本日のメニュー

ごはん・じゃがいものみそ汁・
 冬瓜のそぼろ煮・いわしのかば焼き・
 小松菜の煮びたし



●食に関することわざ
 いくつ知っているかな？

●食育折り紙・ぬりえ・かみしばい



- 関係課
- ・子ども家庭支援センター
 - ・学校教育課
 - ・幼児教育センター
 - ・農政課
 - ・消費生活センター
 - ・健康推進課
 - ・保育企画課
 - ・学校給食課（学校給食調理員）
 - ・社会教育課
 - ・商工勤労課
 - ・環境政策課
- （計 11 課）

- 協力団体
- ・甲子園大学
 - ・宝塚栄養士会
 - ・宝塚食品衛生協会
 - ・農産物加工グループ にしたに村
 - ・兵庫県歯科衛生士会阪神北支部宝塚デンタルハイジ
 - ・兵庫県宝塚健康福祉事務所
 - ・フードバンク関西
 - ・生活協同組合コープこうべ
 - ・宝塚エコネット
 - ・特定非営利活動法人消費者協会宝塚
 - ・兵庫県六甲農業協同組合
 - ・MOA食育ネットワーク「笑顔」
 - ・宝塚いずみ会
 - ・宝塚市農会連合会
- （計 14 団体）