

平成 29 年度食育推進校事業〈富士川第一中学校〉

2 年生が味噌作りを体験しました

地元神戸醤油店の店長を講師に迎え、2 年生が、和食に欠かせない味噌や出汁などについてのお話を聞き、実際に味噌作りに挑戦しました。生徒は、それぞれ茹でた大豆を手でつぶし、塩と麴を混ぜ合わせました。混ぜ合わせたものを味見すると塩辛く、味噌が出来上がるには発酵の力が大事だということを感じました。味噌は半年ほどねかせ、完成します。

【実施日】 6 月 27 日（火曜日）、7 月 6 日（木曜日）

【講師】 神戸醤油店 店長 神戸 邦明 さん

【協力】 富士川地区食生活推進員



講師から味噌作りについてのお話を聞く様子



材料の茹で大豆をつぶす様子



神戸醤油店の味噌で作った味噌汁の試飲

オトワファームで有機野菜の体験学習を行いました

地域の生産者と交流し、農作物の生産現場や有機野菜についてを知ることを目的に、中学生が有機野菜の農場を見学し、収穫体験を行いました。

講師から有機野菜の育て方や実際に育てている野菜の種類についてなどお話を聞き、農場を見学し、野菜の収穫を体験しました。また、農場で育てたつるむらさきやシャドウクイン（じゃがいも）などの有機野菜の入った味噌汁や、いちじくを試食しました。

【実施日】 9 月 19 日（火曜日）、21 日（木曜日）

【講師】 オトワファーム株式会社

農場長 小俣 洋 さん、ファーマー 野澤 智博 さん



小俣農場長からお話を聞く様子



つるむらさきを収穫する様子



有機野菜の味噌汁を試食する様子

日本の食文化 家庭料理の調理実習を行いました

1年生が、日本の昔ながらの家庭料理を富士川地区食生活推進員のみなさんに教えていただきました。

食材の切り方や味付けなどの指導を受けながら、地元の富士川郷土料理や、成長期に大切なカルシウムや鉄分が摂取できる料理を作り、試食しました。

【実施日】9月22日（金曜日）

【講師】富士川地区食生活推進員

【調理メニュー】

富士川郷土料理「かっちき飯」

鉄分レシピ「かつおの角煮」「ほうれん草のごま和え」

カルシウムレシピ「切干大根とじゃこの炒め煮」



調理の様子



調理の様子



できあがった料理

3年生を対象に防災教育を行いました

3年生が防災教育において、パッククッキングの実習と災害時持ち出し用袋に関する学習を行いました。

パッククッキングは、食品保存用ポリ袋に材料を入れ、袋ごと鍋で茹でることで調理します。生徒は、野菜と細切れ肉を使ったカレーと、水の代わりにオレンジジュースで炊くオレンジごはんを作り、新聞紙を折り、アルミホイルとラップをかけた簡易食器で試食しました。

災害時持ち出し用袋の学習では、地震発生を想定し、避難する際に優先的に持ち出すものを5つ考えるグループワークを行いました。また、生徒は、災害時の食事において栄養の不足や偏りがおきてしまいがちであるという話を聞き、災害時でも日常においても、身体の成長や生活の上で、バランスのとれた食事を意識し実行することが大切であるということ学びました。

【実施日】12月16日（土曜日）

【講師】パッククッキング：富士川地区食生活推進員

災害時持ち出し用袋の学習：大塚製薬株式会社 ニュートラシューティカルズ事業部
名古屋支店 静岡出張所 販売促進担当 古川 晶 課長



パッククッキングの様子



完成したカレーを試食する生徒



講師による説明



グループワークの様子

平成 29 年度食育推進校事業 〈富士川第一小学校〉

2 年生がいちごの摘み取りを体験しました

食育推進地区連携事業として、地区の農家さんと、ボランティアの方々のご協力で、2 年生が、農家さんからいちご栽培のお話を聞き、いちごの摘み取り体験をしました。食べごろのいちごの見分け方を教えてもらいながら、児童は真っ赤に色づいた大きないちごを摘み取り、その場で味わいました。

【実施日】 4 月 25 日（火曜日）

【協力】 いちご農家 浦田善弘さん、ボランティア団体 宮町ベタークラブ



講師によるいちご栽培のお話の様子



栽培されているいちご



自分で摘み取ったいちごを味わう児

1 年生が園児と共にさつまいも苗の定植を体験しました

食育推進地区連携事業として、地区の協力により、1 年生と富士川第一幼稚園年長児が、畑にさつまいもの苗を植え、水やりをしました。

【実施日】 5 月 29 日（月曜日）

【協力】 ボランティア団体 宮町ベタークラブ



整列し、苗を植える児童と園児



児童・園児が協力して苗を植え、水やりをする様子

松風堂の小まんぢゅう作りに挑戦しました

富士川地区で和菓子店を営む松風堂の店主を講師に招き、料理クラブの児童が、名物の小まんぢゅう作りに挑戦しました。講師が作り方のデモンストレーションをした後、児童はそれぞれ餡を丸め、やわらかいまんぢゅう生地に悪戦苦闘しながらまんぢゅうの形を作りました。

お店で買って食べたこともあるという小まんぢゅうを、自分で作ることができ、児童たちはうれしそうにまんぢゅうを味わいました。

【実施日】9月22日（金曜日）

【講師】松風堂 店主 大石 雅信 さん



講師の指導のもと、餡に生地をつける様子 やわらかい生地に悪戦苦闘する児童 蒸しあがった小まんぢゅう

1年生がさつまいもの収穫・試食を行いました

1年生が、5月に苗を植えたさつまいもの収穫を行い、その場で焼いたいもを試食しました。土の中から大きなさつまいもがでてくると、児童は歓声をあげて喜んでいました。

【実施日】10月13日（金曜日）

【協力】ボランティア団体 宮町ベタークラブ、市内農家 諏訪部 弘 さん



自分で収穫したさつまいもに喜ぶ児童



収穫したさつまいも

だしソムリエによる、だしの授業が行われました

だしソムリエを講師に迎え、5年生が、だしの材料となるもののお話やだしのうまみの種類などのお話を聞きました。

また、干し椎茸や昆布、かつお節でとっただしを試飲し、日本の食文化にとって重要なだしの魅力やうまみを感じました。

【実施日】10月23日（月曜日）

【講師】今村さんちの香りしいたけ 店長 鳥居 嗣代 さん



だしソムリエによるお話の様子



3種類のだしを組み合わせを変えて
調合し試飲しました



だしの組み合わせによる味の変化や
「うまみ」を感じました

富士川一小フェスタにおいて食育ブースを出展しました

富士川第一小フェスタにおいて、食育ブースを出展しました。緑黄色野菜を当てるクイズや豆つかみゲームなどを行い、児童やその保護者に参加していただきました。

【実施日】11月4日（土曜日）

【協力】富士川地区健康推進員



緑黄色野菜クイズの様子



豆つかみゲームの様子

南岳堂キウイまんじゅう作りに挑戦しました

富士川地区で和菓子店を営む南岳堂の店主を講師に招き、料理クラブの児童が、地元産のキウイフルーツを使った「キウイまんじゅう」を作りました。

講師によるキウイフルーツのピューレ入りキウイ餡作りと、その餡をまんじゅう生地で包むデモンストレーションをみた後、児童は、指導を受けながらキウイフルーツを模したうす緑色の生地で、キウイ餡を包んで形を作りました。蒸しあがったまんじゅうに「キウイまんじゅう」の焼き印を押してもらい完成です。

児童たちは、地元産のお茶を急須でいれ、出来上がったキウイまんじゅうとともに味わい、地元の味を感じました。

【実施日】11月24日（金曜日）

【講師】御菓子司南岳堂 店主 望月 隆之 さん



講師によるデモンストレーション



キウイフルーツの餡を生地で上手に包もうとする児童の様子



完成したキウイまんじゅうを地元のお茶と一緒に味わう様子

栽培したさつまいもを活用したスイーツ作り・クリスマスリース作りを行いました

1年生が、定植・収穫をしたさつまいもを使ったスイーツと、さつまいものつるを使ったクリスマスリース作りを行いました。

スイーツは、地元で採れたキウイフルーツを混ぜ込んだ「フルーツきんとん」です。食生活推進員の指導を受けながら、児童が材料を混ぜ合わせ、完成したスイーツをおいしそうに頬張っていました。

リース作りでは、収穫前のさつまいも畑から刈り取ったつるを円状に巻いた土台に、農家の諏訪部さんの指導を受けながら、児童がどんぐりやまつぼっくり、その他持ち寄った飾りを貼り付け、オリジナルのクリスマスリースを完成させました。

【実施日】12月19日（火曜日）

【講師】スイーツ作り：富士川地区食生活推進員

リース作り：市内農家 諏訪部 弘 さん

【協力】ボランティア団体 宮町ベタークラブ



フルーツきんとんを茶巾しぼりする児童



さつまいもづるのリースにバランスを見ながら飾りつけをする様子