

平成29年11月27日  
農業技術センター技術普及部

標 題

食育講座「子どものいのちと食べ物」を開催  
～食べることの大切さを学ぶ～

(ダイジェスト)

11月18日(土)に「子どものいのちと食べ物」と題して食育講座を開催しました。乳幼児の保護者・保育士・栄養士・調理士といった方々、約60名の参加があり、子どもの健康のための食生活について学びました。

有機農業普及課では、消費者の有機農産物への理解促進活動として各市町村と連携し、食育講座を行っており、松江市では昨年に引き続き講座を開催しました。今年度は、市と共催で、宍道町と鹿島町にある子育て支援センターで乳幼児の保護者を対象に講座を開催しました(計4回実施)。第5回となる今回の講座は、兵庫県から、有機農業研究の第一人者であり、子どもの食育にも積極的に取り組まれている保田茂先生(神戸大学名誉教授)を講師に迎え、子どもの食をテーマに食育講座を開催しました。

講座の初めに、有機農業運動は、母乳から農薬が検出されたことから始まり、乳児のために安心安全な農作物を栽培しようという活動から広がったという話がありました。子育て中の保護者には関心の高い内容でした。

健康な体づくりのために必要な食べ物は①ごはん②豆③野菜④魚⑤海藻であり、この①以外の4品目で作る和食はみそ汁である。この品目はすべて島根県内で生産されているので、積極的に地元で購入してほしい。それが島根県の農業の維持・発展に繋がるとの説明がありました。また、親が子供に食育指導することが大切であり、簡単な方法はお手伝いである。お米を自分で炊けるよう教え、徐々に家事分担していくことで食に興味を持たせることが必要であるとの話もありました。

会場からは、「明日の朝はごはんを食べます。もちろん島根米で。」との声があがりました。



【講演する保田先生】

松江市での食育講座は今回で最後となりましたが、これまでの活動で栄養士の方が有機農産物を利用した食事を食べ、「とても美味しいので、今後調理指導を行う際に利用する。」と話していました。また、栄養士や調理師の関係者で有機農産物栽培者のほ場見学を行うことで、内部でも理解を深めたいとの要望もでています。有機農業普及課として、今後も継続した有機農産物の理解促進活動に取り組んでいきたいと考えています。