


地域食育連携協働事業報告（北区）

連 携 先	中部水産株式会社
取 組 の 名 称	「魚についてもっと知ろう」食育教室
実 施 時 期	平成 30 年 8 月 23 日（木）
取 組 内 容	<p>【目的】 保健センターでは小学生対象の事業がほとんど無いため、小学生が夏休みに保健センターへ来るきっかけ作りと、魚に興味を持てることを目的としました。</p> <p>【対象者と参加人数】 年中～小学6年生の 14 名と、その保護者 9 名が参加しました。</p> <p>【実施内容】</p> <p>①管理栄養士講話 「野菜のはなしとだし比べ」 かつおとこんぶのだしの飲み比べをしました。</p> <p>②おさかなマイスター 神谷友成氏 講話と実習 煮干 2 種（いわしとあじ）を使って耳石の取り出し方の講義をしました。 試食として干物 3 種（れんこ鯛、かれい、ししゃも）を食べながら耳石を取り出していきました。 熱湯にラード・魚油をつけ溶かし、氷で急速に冷却してその固まり方の違いを見せ性質の違いを説明しました。</p> <p>○試食 干物 3 種、野菜の具たくさんみそ汁、おにぎり</p>
	

地域食育連携協働事業報告（北区）

連 携 先	<ul style="list-style-type: none"> ・キッコーナ株式会社 ・うどん打ち講師 加藤雅巳氏
取 組 の 名 称	「手打ちうどんを作ろう」食生活改善教室
実 施 時 期	平成 30 年 11 月 2 日（金）
取 組 内 容	<p>【目的】 保健センターの通常の教室では男性の参加者は少ないが、興味のある内容ならば男性のみの教室が成立するのではと思い、勉強型の「しょうゆの歴史」と「手打ちうどん」をセットにし、より良い食生活を送ることができることを目的にしました。</p> <p>【対象者と参加人数】 65 歳以上の男性 17 名</p> <p>【実施内容】</p> <p>(1) しょうゆ・みそについての講話「キッコーナ株式会社 工場長」 北区内の会社よりしょうゆの作り方について説明を受けました。</p> <p>(2) うどんうちと実習 管理栄養士 加藤雅巳氏によるうどん作りの実践として「小麦と水の配合」「練り」「伸ばし」「切る」「ゆでる」までの工程を全員で経験しました。</p> <p>(3) 食を通じた健康づくりに関する講話 北保健センター管理栄養士による「野菜・果物+1」の資料をもとに説明をしました。</p> <p>○試食 手打ちうどん 鮭のみぞれ蒸し</p>
	