



活用してみませんか？ 学校行事、学年 PTA 活動、家庭教育学級活動、子供会活動、子育てサークル活動など

# 瀬戸内市の食育体験学習メニュー

平成 31 年 1 月、瀬戸内市の幼・少・中の保護者を対象に、地場食材学校給食アンケートを実施（配布 3007 名、回収 2112 名、回収率 70%）

地場食材利用拡大とともに、体験学習の推進への希望も多く、その内容を盛り込んで作成しました。  
**農業体験、出前授業、料理教室、自然体験**など、多くの団体個人が協力して多彩な内容となっています。この機会を活用し、瀬戸内市の豊かな自然が生み出す、食・食材・生産者・物流について、知って学んでいただければと願っています。  
 主なメニューは、以下のとおりです。

いただきます！

## 食育連携「食育体験学習メニュー」一覧



食育体験メニュー	内容	①人数②参加費 ③所要時間④会場 ⑤時期	食育体験メニュー	内容	①人数②参加費 ③所要時間④会場 ⑤時期
1 稲刈り体験	昔ながらの鎌を使った手刈りで、稲刈りを行います。その後、コンバインを使って脱穀します。コンバインの試乗もできます。	①30人程度まで ②無料 ③1時間程度 ④福岡の田んぼ ⑤10月第4土曜日	6 スポーツと食生活	スポーツをする上で、「いつ」「何を」「どのよう」に「食べたら良いか」を分かりやすくお伝えします。普段の食事にも活かれます。	①100人程度まで ②1会場 10000円 ③1時間程度 ④学校、公民館など ⑤随時
2 長浜農家訪問と集荷場見学	岡山県有数の野菜産地である長浜地区の農家の圃場と、JA 岡山長浜集荷場を見学する。	①30人程度 ②無料 ③2時間程度 ④長浜地区 ⑤随時受入（通年）	7 大型農業機械について展示と体験	大型機械の展示と試乗体験（撮影等も）を行い、肉体労働体験とは違った最新農業の一端を体験。	①20から40人程度 ②講師謝金1人1万円程度 ③1時間程度 ④応相談 ⑤農繁期以外
3 魚のさばき方教室	地魚の食べ方教室。家庭でできる魚のおろし方を学びます。	①10人程度 ②実費要相談 ③1時間～2時間 ④応相談 ⑤随時（応相談）	8 ビーチグラスで写真立て作り	木の写真立てに紙粘土で土台を作り、海ごみ清掃で拾ったビーチグラスや貝殻を飾り付ける。	①30人程度まで ②1人300円 ③1時間30分程度 ④応相談 ⑤随時
4 手打うどん教室	長船町産の小麦を石臼製粉した小麦粉を使い、手打うどんを作り、その場で試食します。	①50人程度まで ②300円/人程度 ③約1時間半 ④一文字うどん ⑤曜日・時間等要相談 ※15人までは、道具あり	9 年間を通した農業体験	畑で種を植え収穫し、大地のエネルギーをいただきます。自然の中で学びふれあう交流の場です。	①30人程度 ②年会費800円、参加費1家族200円程度 ③1回2時間程度 ④福岡地区の田んぼや畑。市内の移動教室あり。 ⑤不定期（チラシあり）
5 自然栽培の野菜の収穫体験	自家農園の季節の無農薬野菜の収穫体験。	①30人程度まで ②300円/人 ③約1時間半 ④ワッカファーム ⑤曜日・時間等要相談	10 田植えと合鴨放鳥体験	田んぼで昔ながらの田植えを体験し、その後合鴨農法で使用する合鴨のヒナを田んぼに放します。	①30人程度 ②無料 ③1時間程度 ④福岡の田んぼ ⑤6月第4土曜日頃



みんなだいすき

私たちは、食べる前に

# 「いただきます」

といいます。これはどういう意味でしょう？



※当協議会として、ご提供できる「食育体験学習メニュー」をまとめました。学校行事、学年 PTA 活動、家庭教育学級活動、子供会活動、子育てサークル活動などでご活用ください。内容は随時見直し、詳細は HP に掲載しています。また、明記の参加費以外に、講師謝金をいただく場合がございます。お申込み前に、詳細はお問い合わせ先までご連絡ください。

瀬戸内市地産地消ヘルシータウン推進協議会 HP→



お問い合わせ先：  
 備前福岡の市圏地産地消推進協議会  
<https://yumgyumg9002443.wixsite.com/setouchihealthytown1>  
 上記 HP アドレスまたは、QR コードからホームページをご覧ください。HP の「お問い合わせ」からご連絡をお願いします。

発行：瀬戸内市地産地消ヘルシータウン推進協議会



↑イラスト提供 / 岡山県立邑久高等学校 坂口 夏帆さん

かつて人類は、野や山を駆けずり回り食べるものを手に入れてきました。やがて農業が始まり稲作や牧畜が行われ、食べ物も手に入れやすくなりました。今では、スーパーやコンビニ、外食や通販という形で、お金を出せば何でも手に入る時代になっています。このように私たちの食べ物への入手方法は変わっても、私たちの身体が、食べたものでできていることは変わりません。「食」という字は「人を良くする」と書くように、栄養バランスよく食べることで心身ともに健康を維持することにつながっています。「いただきます」とは、大切な食べ物に対する感謝の言葉です。肉であれ魚であれ野菜であれ、それらの命をいただくことに対する感謝の気持ちです。そして、それらを生み出す豊かな自然と、育てて届けてくれる人々への「ありがとう」の気持ちです。

瀬戸内市地産地消ヘルシータウン推進協議会

# このような瀬戸内市に暮らしている私たちだからこそ、 地元食材の魅力をもっと知ってみませんか

私たちが暮らす瀬戸内市は、温暖な気候と海あり山あり平野ありの豊かな自然に恵まれ、その中で多種多様な食材が育てられています。全国的にも有名な産地となっている牛窓の白菜、キャベツ、南瓜はもとより、ブロッコリー、レッドキャベツ、ナス、玉ねぎ、サツマイモ、ジャガイモ、大根。葉物では小松菜、ほうれん草、チンゲン菜、ネギ。瀬戸内市産の小麦粉、さらには米、マッシュルーム、チリメンジャコなどなど。自然の豊かさは、食材の豊富さに繋がっています。

こうした食材を供給する地域の農業は、一人一人の生産者によって支えられています。農家の高齢化、後継者不足が問題化して久しいですが、暑い中寒い中、皆さん朝早くから夜遅くまで頑張られています。私たちの応援は、きっと力となります。



牛窓で白菜やキャベツなどを育てています。皆さんに地元の野菜でおいしい給食を食べてもらえるよう頑張っています！

自然の恵み

生産する人

(長浜のキャベツ畑風景)



いただきます！

調理する人



学校給食調理場の風景 (瀬戸内市内)



地元食材を使った給食へのコメント (抜粋)

- ・いつもおいしい給食をありがとうございます。「学校の給食好き!!」と学校の話をする時にはいつも言っています。栄養バランス、いろいろな工夫(瀬戸内市産や特別メニュー等含む)感謝です。
- ・地産地消の活動は、子どもとJAに買い物に行くなど給食がきっかけで増えたように思います。また、家ではなかなか思いつかないメニューを食べて帰り「〇〇が美味しかったから作って〜」という話も増えました。「マーボー大根」は我が家でも大好評でした。

瀬戸内市教育大綱より抜粋 (令和3年~)

大綱の重点施策 重点1の中に「確かな学力、豊かな心、健やかな体の子どもの育成」

適切な「食」の選択力をつける食育の充実と示されています。

はなやか瀬戸内店



瀬戸内市の地産地消ネットワーク (はなやか瀬戸内店の納品風景)



運ぶ人

結ぶ人



育む人



料理人も引きつける食材の魅力 (邑久高校での授業風景)

瀬戸内市の学校給食と地域農業を結び付ける取り組みは、平成26年から始まりました。そして令和元年9月からは、地場食材を使った学校給食が連続して実施されています。瀬戸内市地産地消ヘルシータウン推進協議会(事務局:備前福岡の市圏地産地消推進協議会)として、生産者・JA岡山・はなやか瀬戸内店・八百屋(またはストア、入江百貨店、橋本屋、ファミリーショップ)せまぐち、原野商店、楽善青果、牛窓ショッピング、祇園商店)、栄養教諭、学校給食調理場、瀬戸内市が、「オール瀬戸内市」として協力し、地産地消ネットワークを作り上げてきました。

令和2年10月に地元邑久高校では、牛窓でレストラン「Acca」を開いているオーナーシェフの林さん(東京から6年前(2014~)に瀬戸内市に移住)による「パスタ作り授業」が行われました。使用した食材のブロッコリー、小麦粉、生麺、鴨肉はすべて瀬戸内市産でした。林さん曰く、「日本地図を広げて移住先を探した。瀬戸内海が地中海に似ているのでいい食材があるのではと瀬戸内市に決めました。期待どおりでした。」