



# ととりの食育

県内では、数多くの団体が様々な視点で食育活動に自主的に取り組んでいます。地域の特性を活かし意欲的に取り組まれている活動を表彰しましたので紹介します。



## 郷土料理がつなぐ

## 「人と人とのつながり」

日南町  
食育推進協議会

活動の  
地域の  
活動

日南町では、地域の高齢化や核家族化が進み、地域や各家庭で食文化が伝えられる機会が減少することで、郷土料理などを知らない世代が増えていた。そこで、郷土料理にたくさんの人が見て、触れ、味わい、感じる機会を作ることで、より身近に感じてもらいたい、という思いから、まずは郷土料理の冊子「にちなんの色の味」を作成し、それを活用した啓発を行った。郷土料理の話題が世代間交流のきっかけとなった場面もあり、『人と人とのつながり』が生まれる取組となっている。

### 工夫したこと



①老若男女問わず、誰でも郷土料理に興味をもってもらえるような啓発の検討

興味をもって見て、作ってもらえるよう、レシピ作成を丁寧に行った。レシピにカラーで完成写真を入れ、材料、分量、作り方などは、試作を行い詳細に記載した。また、身近な地元の旬の食材で簡単に作れる献立を、ケーブルテレビなど、さまざまな場面で紹介した。



②地元に根付いた情報収集(住民より聞き取り)

地域の郷土料理に詳しい方へ食育推進員がインタビューを行い、地元に根付いた情報を収集した。

③他機関との連携、協力(食育関係機関、町役場、各地域振興センター)

町内他機関と連携を深め、いろんな場面、幅広い世代への啓発に取り組んだ。

地元農産物販売店との連携では、地元食材を使ったレシピを置いたり、道の駅イベントなどで、試食とレシピ紹介の場を作ってもらった。

郷土料理を子どものころから知ってもらい、家庭での話題にしてほしいという思いから子育て支援センター、保育園、小中学校と連携し、完成した冊子を1家庭に1冊配布した。小中学校では、『とっとり県民の日』の給食メニューに、郷土料理を採用、給食時間に校内放送で紹介するなど、啓発を行った。子育て支援センターでは、食育推進員と、日南町にお嫁に来たお母さんたちがおすすめの郷土料理を調理、試食しながら交流を深めた。



### 活動の成果

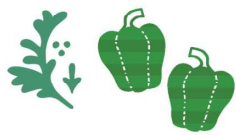


冊子を見た住民からは、「懐かしいねと近所の人と話した」、「今までうまくいかなかったおこわがレシピを見て作ったらおいしくできた」、小学生の家庭では、「息子と冊子のはちのこ汁を見て、はちのこを食べるといことにびっくりした」などという話を聞くことができた。冊子を通じ、地域の方向同士や家族間のコミュニケーションも図れたようだった。

食育推進員が段取りして実施したちまき作りの伝達講習会では、地域の主婦の大先輩(85歳、86歳)を指導者とし、普段地域行事への参加に消極的な若い世代にも声をかけ、伝統を受け継ぐと同時に世代間交流も図れた。冊子を通じた『人と人とのつながり』が生まれる取組となっていると感じている。

### 受賞の ポイント

- ・ 冊子は、季節等に合わせた効果的な構成となっており、郷土料理への関心が高まるものになっている。
- ・ 町内の幅広い年代の住民に届きやすい工夫がなされている。



# 子ども農業塾

境港市  
余子公民館



## 活動の概要

畑を2か所借りてジャガイモとサツマイモを栽培している。3月ジャガイモ植え付け、5月サツマイモ植え付け、6月ジャガイモ収穫と収穫祭①、10月サツマイモ収穫、11月収穫祭②。除草、耕耘、畝立てなど日々の管理は公民館とボランティアが担当している。

対象者は基本的に小学生以下の子どもとその保護者。子どもたちは農業を実体験することで、自然とふれ合い、食物の成長過程を肌で感じることができる。また参加者同士で収穫の喜びを分かち合い、食物に対する感謝の気持ちを養うことができる。

子ども見守り隊や近隣の高校・中学校にも協力を仰いでいる。年2回の収穫祭では、全員で収穫したものを調理し、会食をして異世代間の交流を図っている。

## 工夫したこと

子ども見守り隊や民生委員、自治会、地区社協、小学校の先生、近隣の高校・中学校にも声をかけ、異世代で協力し合い、交流できるようにした。作物には農薬や化学肥料を使用しないことはもちろん、地元の海で採ったモンバなども堆肥として使用。農作業をする前には、作物や栽培に関する説明を聞く時間もとっている。また収穫祭では料理教室を行い、その作物についてのより深い理解を促し、みんなで栽培したものをみんなで食べる楽しさ、おいしさも感じてもらえるようにしている。



子ども見守り隊や民生委員、自治会、地区社協、小学校の先生、近隣の高校・中学校にも声をかけ、異世代で協力し合い、交流できるようにした。作物には農薬や化学肥料を使用しないことはもちろん、地元の海で採ったモンバなども堆肥として使用。農作業をする前には、作物や栽培に関する説明を聞く時間もとっている。また収穫祭では料理教室を行い、その作物についてのより深い理解を促し、みんなで栽培したものをみんなで食べる楽しさ、おいしさも感じてもらえるようにしている。



## 活動の成果

農業、作物への子どもたちの興味や理解が深まり、食べ物に感謝し、大切に作る心が育まれたように感じる。特にイモ掘りの時と料理をしている時は、子どもたちの目がいきいきとして本当に楽しそうだった。ボランティアや保護者の方々も子どもたちと一緒に農作業をしたり料理をする機会ができ、普段とは違うひと時を楽しんでおられるようだった。



- 地域の各種団体や小中高の児童生徒も参画し、異世代間の交流が図られるとともに地域ぐるみの取組となっている。
- 中海で採れるモンバを堆肥に使う等漁港の地の利を生かした取組であるとともに、環境保全の取組でもある。

＜団体の概要＞ 所在地／境港市竹内町393-2 連絡先／0859-45-0728

## 鳥取県のこれからの食育で

### 豊かな人間性を育む食育～「栽培・料理・共食」の実践～

私たちは毎日食事をして生活していますが、その食事は、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性を育んでいく基礎となります。

五感すべてを使う栽培、収穫、料理などの体験を通じて、自分の手で成し遂げる喜びを積み重ねることで「生きる力」の基礎を育み、食べることは命を受け継ぐことであることを実感し、「食」や「食」を支える全ての人、自然の恩恵に対する感謝の心を養うことができます。

# ザク・グツ野菜デー 「育てる、食べることを楽しみ 生きる力を身に付ける」



倉吉市立  
上小鴨  
保育園

## 活動の概要

食事を楽しみに思える子どもを目指し、子どもたちと一緒に土作りから行う菜園活動を始めた。育てることの大変さや収穫できた喜びを体験し、できた野菜を使って、毎月の「ザク・グツ野菜デー（味噌汁作り）」を実施している。「ザク・グツ野菜デー」とは、ザクザク切って、グツグツ煮込むことから、子どもたちが呼び始めた名前。育てた野菜や活動そのものに愛着を持って取り組み続けた。「自分たちで作って食べたい!」「家の人にも作ってあげたい!」と食への意欲や感謝に繋がっている。

その他、たけのこ掘りやフキ採り、買い物体験、魚の解体ショーや魚つかみなど、地域とのつながりの中で様々な体験をし、楽しみながら食と命への関心を高めている。

## 工夫したこと

毎月自分たちで育てた野菜を使い、味噌汁作りをしている。年間を通して収穫物があるように計画を立てて野菜の種まきや苗植えをしている。土



づくりから子どもたちと一緒にいき、ザク・グツ野菜デー（味噌汁作り）に繋がっている。また、調理の工程も、子どもたちの主体性を重視し、材料や方法なども子どもたちと一緒に決め、達成感や実験的おもしろさを感じながら、どの子も食への関心を持てるように取り組んできた。



## 活動の成果

子どもたちと一緒に野菜を収穫しクッキングすることで、苦手なものも残さず食べられるようになってきた。送迎時に食育活動の様子や、給食の食事の様子を保護者に伝えることで、保育園から野菜が食べられるようになったことを喜ばれる姿があった。



## 受賞のポイント

- ・ 野菜の栽培・収穫・調理の一連の流れを計画的に行い、子どもが喜びそうな取組である。
- ・ 子どもが主役という観点の取組で、子どもの印象に残るものになっている。
- ・ オリジナルの歌を歌ったり、毎月定期的に実施することは効果的である。
- ・ 地元の商店と連携した取組や地域住民とのふれあいもあり、園の中に留まらない工夫がされている。

〈団体の概要〉 所在地／倉吉市鴨河内1731-1 連絡先／0858-28-0306

## 大切にしたい2つの基本指針

### 食のみやこである鳥取県の特性を生かした食育

鳥取県は、都市部に比べて農林水産業の現場と消費者との距離が近く、食を身近に感じることができるといった利点があります。

四季折々の気候風土に恵まれた県内各地で米・野菜・果物などがバランスよく生産され、水産業では境港が全国でも有数の漁業基地として知られているなど、食を学び体験する環境に恵まれています。

# 食を通じて健やかに「生きる力」を育むために

## 食のみやこととり～食育プラン～(第3次)より

鳥取県では、「『栽培・料理・共食』を実践し、食を通じて『生きる力』を育み、心身ともに充実した生活を実現すること」を県民の目指す姿とし、食育を推進していくこととしています。

食育を総合的かつ計画的に推進するため、県の関係組織が連携・協力しながら取り組むとともに、家庭(県民)、保育所・幼稚園、学校、生産者団体、食品事業者、地域の団体、市町村等、関係機関とともに鳥取県のこれからの食育を推進していきます。

### 食を通じて健やかに「生きる力」を育み、心身ともに充実した生活を実現する

#### 基本方針

- 豊かな人間性を育む食育～「栽培・料理・共食」の実践～
- 食のみやこである鳥取県の特性を活かした食育

### 県民みんなで実践する5つの重点目標と14の目標

#### 重点目標

ライフステージに応じた健全な食習慣を実践する

食に対する感謝の心を養う

食の循環や環境を意識した活動を実践する

豊かな食文化を継承する

食に関する正しい知識を持つ

#### 目標

家庭や地域で家族や友人と楽しく食卓を囲む

主食・主菜・副菜を揃えた食事をする

1日3食、規則正しく食事をする

体験活動を通して食と農林水産業の関わりを理解する

食事づくりや準備に関わる

食事のあいさつを実践する

食べきり運動等による食べ残しの削減を行う

余剰食品等を有効に活用する

地元のおいしい食材の良さを学び活用する

地域の郷土料理を学び、継承する

ととりの食を情報発信する

食の安全について正しく理解する

食品表示を参考に食品を選択する

食生活と生活習慣病の関わりを学ぶ

鳥取県食育推進活動知事表彰について  
鳥取県食育推進計画について

<https://www.pref.tottori.lg.jp/202828.htm>  
<https://www.pref.tottori.lg.jp/82928.htm>



発行

鳥取県福祉保健部健康医療局健康政策課  
TEL/0857-26-7202

