

### 3. 活動報告③ (学園祭)

活動内容：食育体験コーナー

(非常食・備蓄食材の展示、食育すごろく、魚釣りゲーム、匂ってみよう、触ってみよう、食育てんびん「はかるくん」)

活動日時：令和元年 10 月 26 日 (土)・27 日 (日) 9 時～16 時 00 分

場 所：西九州大学神埼キャンパス コミュニティホール

対 象 者：26 日… 約 50 名 27 日… 約 40 名 (食育体験コーナー来場者)

活動者数：26 日…あすなろう体験 学生 11 名、教職員 3 名

27 日…あすなろう体験 学生 5 名、教職員 5 名

#### ◆非常食・備蓄食材の展示



#### ◆活動風景



#### 《あすなろ隊の感想》

- ・地域の方々と関わる機会は普段あまりないが、「ひのくま祭」では子どもからお年寄りの方まで、多くの方とコミュニケーションを図ることができる貴重な体験だった。
- ・子どもたちと楽しく遊びながら食について話すことができたが、魚や野菜についての説明になるとうまく伝えることができなかった。今後は、クイズや紙芝居、絵本の読み聞かせなど、食べ物について子どもたちに伝える活動がしてみたいと思った。
- ・今回の活動は、ゲームを通して身近な食材について考えてもらう良い機会になったと思う。これからもこのような経験を積み、管理栄養士の目標実現に向けて頑張りたい。

#### 4. 活動報告④ (西九州大学グループ健康支援センターでの食育活動)「食まなび塾」

目的 本学学生の地域でのボランティア活動により、児童に食育で育みたい力（マナー、料理のスキル、食文化など）を楽しく、身につけさせることを目的とする。

実施主体 西九州大学食育サポートセンター

開催日時 1回目：令和元年8月20日（火）10時～13時  
2回目：令和元年8月21日（水）10時～13時  
3回目：令和元年8月22日（木）10時～13時

開催場所 西九州大学グループ健康支援センター すこやかキッチンスタジオ（佐賀市）

対象者数 1回目：小学校5・6年生 11名  
2回目：小学校5・6年生 15名  
3回目：高校生2名、小学校5・6年生 6名

内容 1回目：グリッターバッグを用いて正しい手洗い方法を学ぶ、削り節体験  
（調理実習）郷土料理「茶節」  
2回目：正しい箸使いを学ぶ、佐賀の魚について知る  
（調理実習）煮魚料理  
3回目：食事のバランスについて学ぶ  
（調理実習）バイキング昼食



活動者数 あすなる隊 5名（各回共通）  
教職員 1回目：4名 2回目：4名 3回目：3名

##### 《参加者の感想》

- ・いつもの手洗いの仕方だと汚れが残っていたので、今日習った洗い方を頭に入れて家でも実践したい。
- ・自分でかつお節を削る体験ができて、とても楽しかった。
- ・トウモロコシが苦手だったが、おにぎりにして食べたらおいしかった。
- ・いつもの手洗いでは指の間が洗えていなかったなので、これからは気をつけて洗いたい。
- ・あまり魚が好きではなかったが、自分で調理した魚はとてもおいしかった。
- ・鯛をさばくところを初めて見たので印象に残った。
- ・普段野菜をあまり食べないので工夫して食べようと思った。
- ・鮭のムニエルはとても簡単だったので家でもつくりたい。
- ・普段から食事バランスに気をつけていたが、今回「食まなび塾」に参加して細かいところを学ぶことができた。

## 評価

1回目は手洗いとだし汁について学んだ。だしの材料を並べて説明した後、普段目にするものの少ない鰹節・本枯節を実際に手にとり、削ってもらった。この削る経験が大変楽しかったようだ。また削りたての鰹節がおいしかったとの参加者の感想があり、色々な食の経験を積むことは食育を考える上で大事であることが認識された。

2回目は、外部講師を招き、唐津で獲れる魚について簡単な説明を受け、獲れたての魚を目の前でさばいてもらった。また、正しい箸使いを学び、調理した煮魚を上手に食べることができた。魚食離れが著しい昨今であるが、自分で調理した煮魚料理を堪能する子どもたちを見て、魚のおいしさや魚料理を見直すきっかけになったようである。

3回目は、中・高校生を対象に「食事のバランス」を考えて、食事の準備ができるようになることをめあてとして計画した。夏休み中であることから、家で自分の食事を作る機会もあるだろうと考え、家でも簡単にできて、簡単にバランスが整えられるようにした。内容は、「食事バランスガイド」を用いた講義と、調理実習は自分でバランスを考えて料理を選択できるバイキング形式にした。今年度は、対象を中学生・高校生に広げたが、中学生・高校生は部活や課外で参加が難しく、参加者を集めることに苦戦した。夏休みに開催をするのであれば、対象者を小学生に限定して行った方が現実的である。

ボランティア学生は、今年度から3日間連続での参加であったので、作業がスムーズで問題なく進行できた。しかし、参加者の高校生に対して、どのように声掛けをすればよいのか苦戦していたようである。

来年度も期間を通じて学生ボランティアが活動できる体制をつくり、学生主体で進められる内容を盛り込みたい。

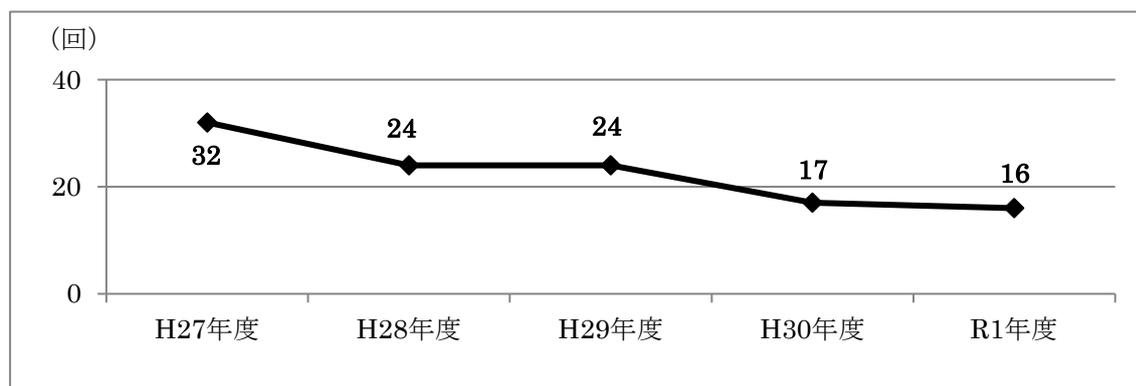
### 《あすなろ隊の感想》

- ・子ども達がとても楽しそうにかつお節を削っていて、こちらまで笑顔になった。
- ・これまでの体験を活かして、今回は積極的に子ども達とのコミュニケーションを図ることができた。
- ・実際に魚をさばくところを間近で見ることはあまりないので貴重な体験だった。
- ・子ども達が「おいしい」と言って次々とおかわりをしてくれて嬉しかった。
- ・普段なかなか接する機会がない小学生と楽しく調理をし、自分自身も学ぶことができる貴重な体験だった。



## 5. 教材の貸出状況

### ◆ 教材貸出回数の年次推移（H27年度～R1年度）



※R1年度：コロナウイルス感染症対策によるイベント自粛に伴い、3月の貸出しがキャンセルとなり貸出回数が減った。

#### ① 食育 SAT システム（貸出回数 4 回）

	貸 出 先	利 用 目 的	貸出回数
1	唐津保健福祉事務所	糖尿病及び肝疾患対策啓発イベント	1 回
2	西九州大学 健康栄養学部	キャリアサポートプログラム内での展示	1 回
3	多久市役所 地域包括支援課	介護予防集会内での体験コーナー	1 回
4	佐賀県立金立特別支援学校	中等部での食育授業	1 回

#### ② フードモデル（貸出回数 1 回）

	貸 出 先	利 用 目 的	貸出回数
1	佐賀県立金立特別支援学校	高等部での食育授業	1 回

#### ③ 食育てんびん“はかるくん”（貸出回数 4 回）

	貸 出 先	利 用 目 的	貸出回数
1	唐津保健福祉事務所	糖尿病及び肝疾患対策啓発イベント	1 回
2	久留米市保健所	久留米大学 学園祭での食育啓発イベント	1 回
3	佐賀県栄養士会 鳥栖支部	介護の日フェスタ	1 回
4	西九州大学 健康栄養学部	QSP 健康ウォーク	1 回

#### ④ グリッターバグ（貸出回数 4 回）

	貸 出 先	利 用 目 的	貸出回数
1	神崎市役所 健康増進課	ヘルスマイトステップアップ教室	1 回
2	西九州大学 健康栄養学部	キャリアサポートプログラム、公衆衛生学実習	1 回
3		オープンキャンパス内の体験	1 回
4	佐賀市立循誘公民館	循誘公民館料理教室での手洗い指導	1 回

⑤ その他の教材（貸出回数 3 回）

	貸出教材	貸出先	利用目的	貸出回数
1	消化器について	神崎市役所 福祉課	保育園での栄養指導	1 回
2	知ろう	佐賀県栄養士会 鳥栖支部	介護の日フェスタで使用	1 回
3	野菜クイズ	佐賀県栄養士会 鳥栖支部	介護の日フェスタで使用	1 回

（貸出風景）

食育てんびん “はかるくん” (R1.11.2)



〒久留米市保健所  
健康増進課  
久留米大学 あのか祭  
食と体験コーナー

グリッターバグ(R1.6.25)



〒神崎市役所  
健康増進課  
ヘルスマイト  
ステップアップ講座

◎貸出先からの感想

食育 SAT システム

- ・ 食事の聞き取りが簡略化され、即座に対象者に結果説明ができるので、大変効率が良かった。
- ・ 給食後で満腹だったにもかかわらず、ずらっと並んだフードモデルを前にすると生徒達はとてもうれしそうに食事を選んでいった。研究授業を参観に来ていた教師もぜひ試してみたいと、楽しんで本教材を使用していた。

食育てんびん “はかるくん”

- ・ 摂取エネルギーと消費エネルギーの説明をするのに使いやすい媒体であった。参加者の興味関心が高く、効果的に活用できた。
- ・ 食べ物のエネルギー量と、それを消費する運動量を目で見て確認することができるのでわかりやすい。子どもから大人までゲーム感覚で楽しみつつ、日頃食べているもののカロリーを実感する様子が見受けられ、とても良い啓発の機会になった。
- ・ スタッフからは、食事に関しての媒体はあるが、運動にアプローチする媒体がなかなかないので参考になったとの意見があった。

手洗い指導教材 “グリッターバグ”

- ・ 普段の手洗いでは、手のしわや爪の間に汚れが残っていることがわかった。今後、調理を行う際には、しっかり手洗いを行ってから作業に移りたい。
- ・ 汚れが光って見えるので洗い残しの部分がわかりやすく、子ども達も楽しんで取り組んでいた。普段の手洗いについて見直すよい機会となった。

消化器について知ろう

- ・ うんちについての紙芝居の後、媒体を使用してお腹の中の話をした。うんちの話は子ども達が大好きで、媒体を使っでの指導だったので、子ども達はきちんと話を聞くことができた。実際の腸の長さのフェルトの媒体を触って驚いていた。どんな食事をすればどんなうんちになるのか、興味をもって話を聞き、理解することができたようだ。