

Let's 食育

食育に関する市民意識調査を実施しました

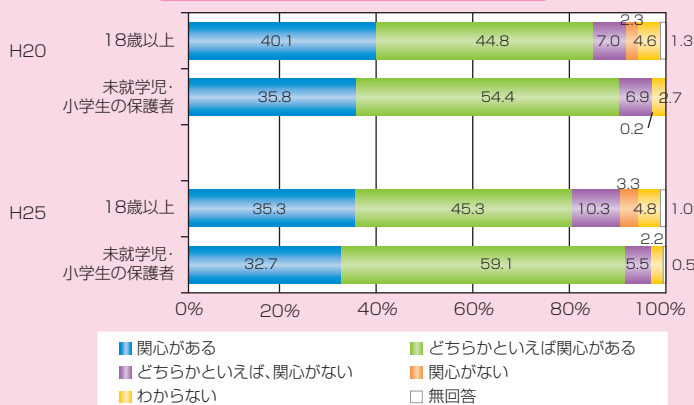
調査概要

- ◆調査対象 鹿児島市民5,800人
(無作為抽出)
- ◆調査方法 郵送法
- ◆調査期間 平成25年7月8日～7月26日
- ◆回収率 50.9%
- ◆調査内容 食育に関する意識や関心、家庭における食育の実践、食文化や伝統食、地産地消、食の安心・安全等について

鹿児島市では、「かごしま市食育推進計画」(平成21年度～平成25年度)に基づき、豊かな自然に恵まれた本市の特性を活かし、市民一人ひとりが食に関心を持ち、食を味わい、伝え、体験し、食の楽しさを身につけることを通して食育を推進する取組を行っています。

本市における食育に関する現状、課題等を把握するために「食育に関する市民意識調査」を実施いたしましたので、主なものを掲載いたします。

「食育」に関心がありますか



食育の関心度について

食育に関心がある人(「関心がある」「どちらかといえば関心がある」)の割合は、18歳以上で80.6%となっており、平成20年度調査(84.9%)と比較すると減少しています。

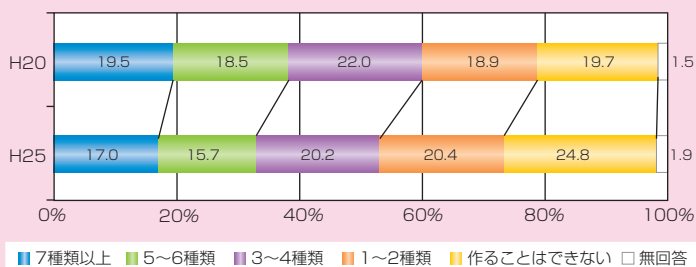
食育に関心がある人はその理由として、多い順に「食生活の乱れが問題になっているから」「子どもの心身の健全な発育のために必要だから」「生活習慣病の増加が問題になっているから」となっています。

郷土料理や伝統食について

鹿児島の郷土料理や伝統食を1種類でも作ることができる人の割合は、18歳以上で73.3%となっており、平成20年度調査(78.9%)と比較すると減少しています。

また、作ってみたい郷土料理、伝統食は、多い順に「鶏飯」「つけあげ」「かるかん」「豚骨」となっています。

鹿児島の郷土料理や伝統食を何種類作ることができますか(18歳以上)



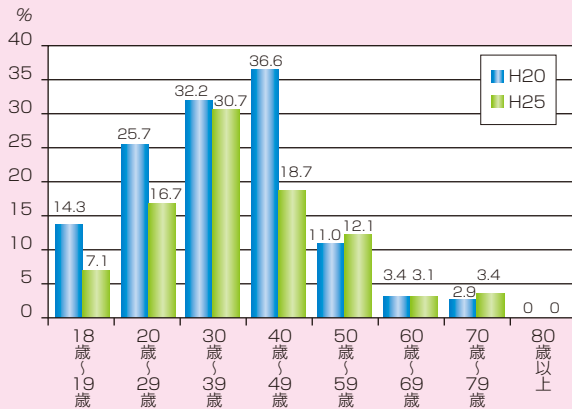


朝食の欠食状況について

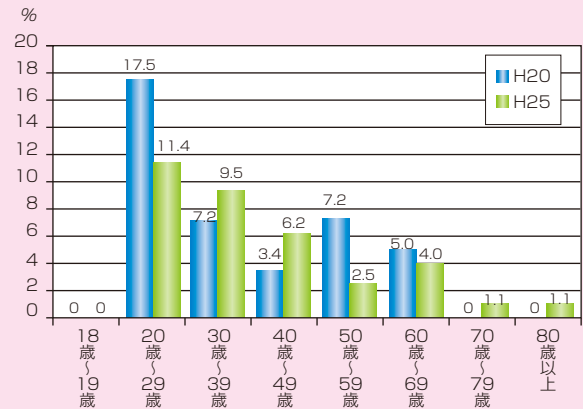
朝食をほとんど食べない男性の割合は、20歳代で16.7%、40歳代で18.7%となっており、平成20年度調査(20歳代で25.7%、40歳代で36.6%)と比較すると減少していますが、30歳代の男性は約3割の人が朝食を欠食しています。また、朝食をほとんど食べない女性の割合は、20歳代で11.4%となっており、平成20年度調査(17.5%)と比較すると減少していますが、30歳代、40歳代では増加傾向です。朝食を食べない理由として、多い順に「食欲がわかない」「時間がない」「朝食を食べるより寝ていたい」となっています。

体を目覚めさせ、脳と体のためのエネルギーとなる朝食をしっかり食べる習慣をつけましょう。

朝食をほとんど食べない人(18歳以上男性)



朝食をほとんど食べない人(18歳以上女性)

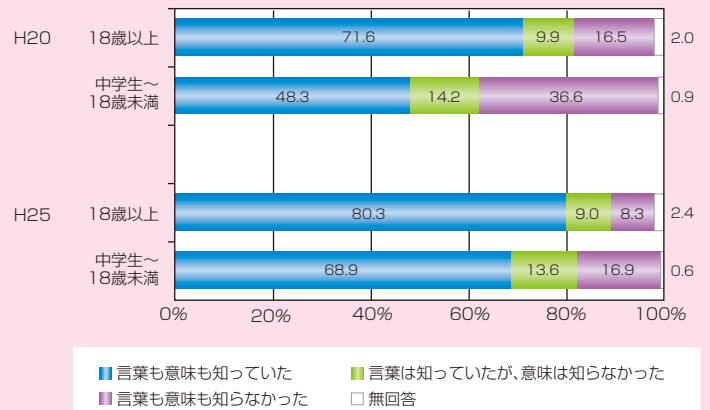


地産地消について

地産地消について「言葉も意味も知っていた」「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」人の割合は、18歳以上で89.3%、中学生から18歳未満で82.5%となっており、平成20年度調査(18歳以上81.5%、中学生から18歳未満62.5%)と比較すると増加しています。

地産地消を推進していくための効果的な方策として、「量販店などでの地場産コーナーの設置」「地場産物直売所の充実」「学校給食における地場産物の利用」の順となっています。

「地産地消」についてどの程度知っていましたか



グリーンファーム

鹿児島市観光農業公園

グリーンファーム 鹿児島市観光農業公園
住所: 喜入一倉町5809-97 電話: 099-345-3337
URL: <http://kankonogyo-park.jp/>

グリーンファームでは、「育てる・楽しむ・味わう・学ぶ」をキーワードにした、多彩なプログラムを体験することができます。季節の野菜を収穫できる農業体験(育てる)、自然の中でのピザやバームクーヘンづくり、ネイチャーゲームなどの自然体験(楽しむ)、黒豚ウィンナーづくりや園内で採れた新鮮野菜などを使った調理体験(味わう)、食品残渣の飼料化などの循環型農業について楽しく学ぶ環境学習(学ぶ)を行うことができます。

バームクーヘンづくり

[定員] 6組(1組4名まで)
[体験料] 800円/組
[体験時間] 90分

[内容] 竹の棒に園内で採れた野菜の粉を混ぜた生地を巻きつけて、パーベキューコンロで焼きます。



季節の野菜の収穫体験

[定員] 20名
[体験料] 100円~300円
[体験時間] 30分

[内容] グリーンファームで育てた野菜の収穫体験です。4月から5月は、春ジャガイモやタマネギが収穫のシーズンを向かえます。また、3月から新たに、アスパラガスの収穫体験も始まります。



本市では、生ごみの減量化とごみ減量意識の高揚を図るため、
生ごみ処理機器の普及を推進しています

子どもたちが生ごみのリサイクルにチャレンジしました ～堆肥づくりから調理まで～

市内の5つの小学校の児童が本市の「生ごみのリサイクル授業」を受講しました。「生ごみのリサイクル授業」とは、給食や自宅から出る野菜くずなどの生ごみを「ダンボールコンポスト」に入れて堆肥を作り、その堆肥で育てた作物を収穫し、調理体験をするものです。

生見小学校では、6か月かけて作った堆肥で大根と白菜を育て、昨年12月16日に収穫。翌日に調理実習を行いました。

生ごみからできた堆肥で育てた大根と白菜は「いつもよりおいしい!」と、大好評。子どもたちは生ごみのリサイクルを楽しく学んで3Rを実践しました。



生ごみを投入して堆肥づくり



収穫した大根と白菜を調理



おいしくいただきました

ダンボールコンポストとは … ダンボールを利用した生ごみ堆肥化容器のこと。

ダンボールコンポスト以外にも、電気を使って乾燥させるものや、微生物の力を使って生ごみを発酵させて堆肥化するものなど、様々なタイプの生ごみ処理機器があります。



それぞれのライフスタイルに合ったものを選んで、生ごみを減量化・資源化してみませんか。

鹿児島市では生ごみ処理機器を購入した人に、補助金を交付しています。詳しくは鹿児島市ホームページをご覧ください。か、リサイクル推進課(TEL099-216-1290)まで問い合わせください。



食育に関連するイベント情報 (ネットワーク会員、または市が主催しているイベント)

※イベントの一部に食育が含まれているものも掲載しています。※イベントは、天候などにより変更になることがあります。

日時	場所	イベント名	内容	事前申込	料金	主催・問い合わせ先
①3月23日(日) 9:45受付開始 10:00~12:30	サンエール かごしま 食工房(3F)	管理栄養士による クッキング講座	①テーマ 「ちょっぴり おしゃれな 高齢者食」	★参加費:500円(食材料費として) ★準備するもの:エプロン、三角巾、筆記用具 (動きやすい服装でおいでください) ★申込方法:ハガキ又はFAXで、氏名(ふりがな)・ 性別・年齢・住所・電話番号・アレルギー食品を記入 しお申込み下さい。 ★事前申込みが必要です(先着20名) ★この講座の託児は行っておりません。		公益社団法人 鹿児島県栄養士会 住所:890-0056 下荒田1-36-1 TEL.099-256-1216 FAX.099-256-1217
②4月5日(土) 9:45受付開始 10:00~12:30			②テーマ 「こどもの食事」 *離乳食から幼児食、 その他発熱・下痢・ 便秘時の対応食*			
3月21日(金・祝) ~23日(日)	グリーン ファーム 鹿児島市 観光農業公園	さくらまつり 	園内外約1,000本の桜が見ごろをむかえます。 さくらもちづくりなど、季節にちなんだ体験プロ グラムも実施されます。			グリーンファーム 鹿児島市観光農業公園 TEL.099-345-3337
①3月29日(土) ②6月19日(木) ②は開催予定	かごしま 環境未来館 多目的ホール	食育推進 意見交換会	「食を変えると子供は変わる!」 ビデオ上映と意見交換会	必要	無料	自然食のMOA かごしま店 TEL.099-268-7578

～報告&お知らせ～



食育推進ネットワーク会議を開催しました

(平成25年10月18日開催)

調理実習「旬のかごしまを味わおう!!」

食育の目標の1つである「鹿児島県の「食」を味わおう」をテーマとして、地元の食材を美味しく味わう調理方法やメニューのヒントなどについてご講話いただいた後、会員の皆さんが和気あいあいと調理実習を行いました。

講師 鹿児島市食育推進支援員
城西プロフェッショナルカレッジ調理師養成学科長
花田 賢一 氏

実施献立 ・ごはん ・黒豚ミンチの中華風煮込み
・鹿児島県近海産魚介類のマリネサラダ
・鹿児島県産野菜のスープ ・紅さつまのクレームブリュレ



鹿児島県産野菜のスープ

材 料

冬瓜	100g	(カボチャのニョッキ)
へちま	100g	カボチャ 200g
トマト	1個	小麦粉 60g
茄子	1/2本	卵黄 1個
玉葱	1/2個	塩 小さじ1
長インゲン	2本	水 800cc
手羽先	4本	油・塩・胡椒

作り方

- ①各野菜を適当な大きさにカットする(カボチャ以外)
- ②カボチャを蒸し焼きにして裏ごし、卵黄、小麦粉、塩を合わせ、カボチャのニョッキを作る
- ③鍋に油をしき、①の野菜(トマト以外)をソテーする
- ④③に水、下処理した手羽先を加え10分ほど煮込み、塩、胡椒で味をととのえる(途中でカボチャのニョッキとトマトを加える)

食育推進ネットワークとは

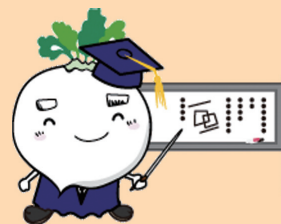
食育活動を展開している団体等が、お互いの情報交換、交流を進め、活動の協力等を行い、「かごしま市食育推進計画」に基づいた食育を進めていくことを目的としています。ネットワークでは一緒に食育に取り組む団体・個人の参加を随時募集しています。詳しくは鹿児島市健康総務課までご連絡ください。(電話099-216-1492)

鹿児島市食育推進支援員を派遣します

市民のみなさんが、食育実践活動を行う際の諸問題や課題について、必要な支援・情報提供などを行う「食育推進支援員」を派遣いたします。

食育に興味のある団体が開催する研修会などで、ぜひご活用ください。

申込み及び問合せは、鹿児島市健康総務課までご連絡ください。(電話099-216-1492)



派遣内容のご紹介(郡山児童センター)

- ◆名称 子育て支援事業 ママのための食育講座
- ◆日時 平成25年12月9日10:00～11:00
- ◆参加者 母13名 乳幼児0歳～4歳19名(合計32名)
- ◆支援の内容 講義 おせちのいわれや盛り付けについて
実演 さつま雑煮
- ◆食育推進支援員名 田中 辰子(管理栄養士)
- ◆感想

おせちのいわれと縁起、素材の調理法、壺から与の重への盛り付けのきまりなど詳しく教えていただき好評でした。

子育て支援活動の「ママのための食育講座」として取り組み、毎回成果をあげることができ感謝しています。

