



食育コンソだより

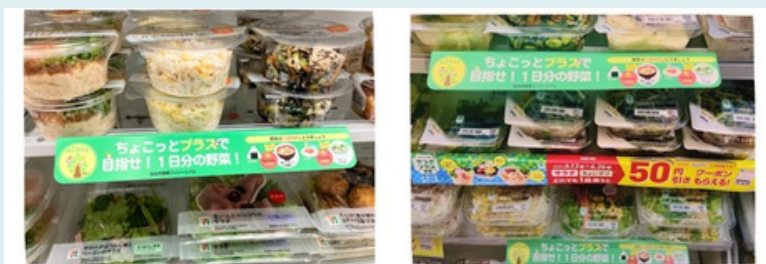


4～8月の食育推進コンソーシアムの
活動をご紹介します！

みなさま、ご協力いただきありがとうございました。

6月
食育月間

ちょこっとプラス（果物・野菜）



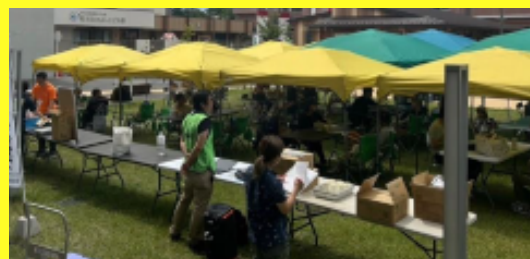
6月食育月間では、食育推進店にて普段のお買い物に野菜を使った商品1品を加えて1日の野菜摂取量を増やす啓発を行いました。＜協力店舗＞ イトーヨーカドー和光店・ベルク3店舗・セブンーイレブンファミリーマート、ローソン（掲示状況は店舗によって違います）

6月



わぴあイベントコラボ

6月30日（日）にわぴあをスタート地点に広沢地区を探索する「広沢どうぶつハンター」イベントが開催され、わぴあ運営側よりイベントへの協力依頼がありました。健康増進センターでは、NPO法人 ぽけっとステーション様に準備段階からご協力をいただき、災害時の備蓄啓発を目的に食育コンソーシアムとして参加させていただきました。ぽけっと様からアルファ米の活用周知として、アルファ米アレンジレシピの提供、配布アルファ米の準備のご協力をいただき、健康増進センターからはアルファ米の作り方のデモを参加したお子様に向け、説明いたしました。



7月 認定マークの掲示

地域活動栄養士会えぶろん様にご協力いただき7月に上半期の認定マーク確認作業を行いました。今回から野菜を70g以上、果物を100g以上使った商品に対し、「ちょこっとプラス」マークの掲示も追加しました。認定商品数は昨年度末からぐんと増え、イトーヨーカドーでは306商品、いなげやでは234商品となりました。引き続き周知等のご協力をお願いいたします。



7月
8月



わこうの食育おうえん隊講座



夏休みに小3～小6の児童を対象にした食育教室「わこう食育おうえん隊講座」を開催しました！全3回、延べ58名の児童が参加しました。



昨年度の情報共有会にて構成員のみなさまから出していただいたアイデアを参考に企画したイベントです。

地産地消や伝統的な食文化を学び、それを伝えつなぐ子供たちを増やすことを目的としています。

講師としてご協力いただきました かつをぶし池田屋さま、食文化研究会 加藤さま、埼玉研有会さま、お忙しい中、ありがとうございました。この講座では、ヘルスサポーター様にもご協力いただきました。

来年度以降もコンソーシアム内でテーマを考えながら継続する予定ですので、周知や講師等のご協力を何卒よろしくお願いいたします。

7/27

(土)

和光市の和食について学ぼう

おうえん隊講座1日目は、かつをぶし池田屋様による「おだし講座」でした。池田屋様のだしやかつお節のお話の後、おだしを取り、お味噌汁を作りました。だしを取ったかつお節で作ったふりかけは大人気で、ご家庭でもさっそく作ったという声も。だしをとる楽しさ、大切さをお子様からおうちの方にお話したという声もありました。実施後のアンケート結果については、情報共有会にて共有いたします。



7/30
(火)

和光市の農業について学ぼう

おうえん隊講座2日目は、埼玉研有会様による「和光市の農業講座」でした。作物を育てる大変さ、野菜を包装する袋に至るまで「食べる人」を想う農家さんのお話を聞かせていただきました。子どもたちは、とれたての枝豆を試食しながら、農家さんのお話を熱心に聞き、メモを取っていました。お話の後は、研有会さんの作ったお野菜をみんなで調理し、いただきました。お野菜が苦手なお子様もトライする姿が見られ、新たなおいしさに気づいた声もありました。ご寄付いただいた枝豆や玉ねぎ、じゃがいももおいしくいただきました。



8/6
(火)

和光市の食文化について学ぼう

おうえん隊講座3日目は、食文化研究会 加藤様による講座でした。食文化についてのお話のあと、麴を触ったり甘酒を飲んだり、加藤様の手作り梅干しの試食をしました。その後、手作りのまんじゅうを丸め、蒸している間に、加藤様からご寄付いただいた和光市産のごまをすり鉢ですって埼玉の郷土料理「冷や汁うどん」を作りました。まんじゅうを丸める工程は大にぎわい。楽しそうに調理を進めていました。食文化研究会の皆様には、準備からたくさんのご協力をいただきありがとうございました。



構成員のみなさまへお願い

10/3,10/22,11/16に健康づくりのボランティア養成である「ヘルスサポーター養成講座」を実施します。東京都長寿医療センター研究所の先生方をはじめとした講師から、地域の健康づくりについて学ぶことができます。10/3・10/22両日に参加できる方が対象ですが、11/16の受講のみも可能です。和光市在住・在勤の方もお申込みいただけますので、ぜひご参加ください。また、ヘルスサポーターのチラシ配布にご協力いただける団体様がございましたら、ぜひお声がけください。詳しくはQRから詳細をご確認ください。（市公式LINEからの応募も可）

詳細・お申込みは
こちらから

