

9月6日、無農薬の畑で収穫体験&採れたて野菜を使って調理体験 さいたま市で親子食育体験イベントを開催

主催/サンケイリビング新聞社 協力/日清オイリオグループ

女性のための生活情報紙「リビング新聞」を発行するサンケイリビング新聞社(所在地:東京都千代田区、代表取締役社長 和田 直樹、以下弊社)は、日清オイリオグループ株式会社と食育推進活動に取り組んでいます。

今回で12回目を迎えたこの活動では、小学生親子を対象に食体験コーディネーターの鶴岡佳則さん(以下、鶴岡さん)による地元食材の紹介や料理教室などを通じ、食の大切さを伝えています。

9月6日に「かあちゃん塾ファーム・インさぎ山」(さいたま市)で開催したイベントでは、10組の小学生親子が無農薬の畑で収穫体験し、その後採れたて野菜を使った調理体験を通して、地元の食材の魅力を学びました。

◆無農薬の畑で収穫体験

鶴岡さんと、会場となった「かあちゃん塾ファーム・インさぎ山」の萩原さとみさんと一緒に、ブルーベリー、トマト、ピーマン、ナス、大葉、キュウリを収穫しました。収穫体験は初めてという参加者も。

萩原さんの案内で畑を回り、栽培方法や収穫の仕方を教えてもらい、鶴岡さんが野菜の旬や育ち方、目利きのポイントなどについて教えてくれました。



◆採れたて野菜を使って調理体験



「かあちゃん塾ファーム・インさぎ山」が無農薬の畑で収穫した野菜を使った「ベーコンと採れたて野菜の和風ラトウユ」と「ポテトフライ」「梅酢ドレッシング」の3品の作り方を教わりました。調理と試食は古民家「久楽里」で行いました。

料理に使った油は、フルーティな香りが料理を引き立てる「ボスコ エキストラバージンオリーブオイル」と、驚くほど油切れが良く、軽い食感に仕上がる「日清ヘルシーオフ」を使用。調理体験を通して親子の会話も弾み、楽しい時間を過ごしました。

◆食育教室

鶴岡さんから、クイズを交え『食』について教えてもらいました。

日本の食料自給率は約4割で、食べ物の約6割は世界中から輸入されていて、食べ物の大量・長距離輸送によって輸送時に大量のCO2が排出され、環境負荷が大きな問題になっていることを紹介。そのCO2の排出量削減には、地元食材を積極的に食べることが役立つことを教わりました。

また、毎回好評の「匂い当てクイズ」も行われました。紙コップの中に食材を入れ、アルミホイルで閉じ、小さく開けた穴から匂いを嗅いで、中に入れたものを当てました。「中身を当てることも大切ですが、どんな香りがするかを感じ、考え、表現することが大切」ということを教えてもらいました。



◆【参加者からのアンケートのコメント】「ただ料理を作るだけではなく、畑での収穫をいろいろなお話を聞きながら出来た事がとても良かったです。」(44才・女性) / 「自分で収穫して調理して食べるという一連のことを親子で経験したことがなかったので、大切な思い出になりました。」(40才・男性) / 「お父さんとなかなかこんなイベントには参加していないので楽しかった。」(10才・女性) / 「収穫をして料理をするのが楽しかったです。いい勉強になりました。これから自分達のできることをしたいと思います。」(11歳・女性)

◆本リリースに関するお問い合わせ先

サンケイリビング新聞社 営業1部 担当:関根
TEL:03-5216-9141 FAX:03-5216-9250 E-mail:sekntksh@sankeiliving.co.jp