



8月27日、地元野菜の収穫&調理体験にチャレンジ！ 岸和田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、
JAいずみの「愛彩ランド」、岸和田市食生活改善推進協議会

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)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16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調理体験などを通じ、食の大切さを伝えています。8月27日にJAいずみの「愛彩ランド」(岸和田市)で開催したイベントでは、10組の小学生親子が地元野菜の収穫を体験。その後、収穫した野菜など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。

◆大きく育った地元野菜を収穫体験

まずは鶴岡さんと「愛彩ランド」の勝元広美さんの案内のもと、畑で収穫体験。「大きく育てて実がふっくらとしたものもいい」と教えてもらいながら枝豆を収穫。

他に、プチトマトは「ヘタが美しい五角形なのを選んで」、小松菜は「葉が大きく育ったものから」と学びながら、3種類の新鮮な野菜を収穫しました。

「実った枝豆を初めて見た！」と目を輝かせる子どもたち。「貴重な体験になった」とニココリ。



◆野菜のおいしさを味わう3つのメニューの調理体験



次に同施設の体験交流館に移動し、地元の生産者で「農業法人 いずみの里」代表の久保充己(あつみ)さんの指導のもと調理体験。「野菜コロッケ」「水ナスのオードブル」「ぶっかけうどん」の3品に挑戦。岸和田市食生活改善推進協議会の皆さんのサポートのもと調理に取り組みました。

調理油は、油を酸化から守るフレッシュキープボトルの「日清かけて香る純正ごま油」や、早摘みグリーンオリーブのフレッシュな香りが特徴の「ポスコエキストラバージンオリーブオイル」、油切れがよく揚げ物のカロリー対策ができる「日清ヘルシーオフ」を使用しました。食事タイムでは「上手にコロッケを丸められたよ」「サクサクでおいしい」「オリーブオイルと野菜は相性抜群」と親子で大満足。

※使用商品プレゼント →<http://r.living.jp/mrs/0930oyako>

◆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。まず、五感を使って食選力(本物の食べ物を知り食べ物の安全性を見抜く力)を鍛える「匂い当てクイズ」から。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す。「自分で感じて、考えて、言葉にしてみることが大切」ということを教えてもらいました。

ま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ること、さらに食べ物の大量・長距離輸入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。



◆参加者からのアンケートのコメント

「枝豆の収穫は初めてで楽しかった。子どもはスーパーでさやの袋詰めしか見たことがなく、こういう風になっているのを実際に見られて良かった」(47才・女性) / 「盛りだくさんの内容でとても勉強になり、私自身も楽しめました。水ナスの新しい食べ方が良かった」(39才・女性) / 「すごく良かったです。子どもと一緒に収穫体験やお料理、五感の実験など、とても楽しかった」(35才・女性) / 「枝豆など自分で収穫したものを自分の手で調理するのはとても良かった」(12歳・女性) / 「初めてコロッケを揚げて少しむずかしかったけど、揚げたらおいしかった」(11歳・男性) / 「ナスは苦手だけど、今日の水ナスはおいしかった」(8歳・男性)

◆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 営業第1部 担当: 田内 TEL: 03-5216-9141 FAX: 03-5216-9250 E-mail: living-event@sankeiliving.co.jp