

## 資料

## 北海道文教大学『食育教室』実施記録〔2009～2010〕

木藤 宏子・手嶋 哲子・太田垣 恵・鈴木 恵

(2011年1月25日受稿)

**抄録：** 北海道文教大学『食育教室』として、2004年から主に小学生を対象として実施してきた調理実習体験を中心とする食育推進事業の2009・2010年度の実施記録を報告する。対象者に就学前の幼児とその保護者も入り、実施回数は2008年の4回から年7回になった。新しい試みである「えにわ大好き！食の体験ランド」は圃場体験や食育ワークショップも入り、一泊二日で実施している。教育委員会、生産者団体と共催で実施することにより、参加する児童のみならず、関わるボランティア学生や生産者団体の会員にも食育推進になり、連携を組むことの大切さが再確認された。幼児とその保護者が対象の教室は、幼児が実際に調理を体験するので、リピーターもいる人気の教室になっている。食育推進には、事前事後の広報活動が大切である。対象者に合わせた広報手段を選択する必要性が分かった。今後、管理栄養士を養成する大学として、地域の食育推進を継続するためには、参加者や関係者の食育効果が評価できるような栄養教育プログラムづくりが必要である。

## 1. 実施の背景

「食育基本法」では、国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組むことが我々の課題として示されている。

「食育基本法」に基づく「食育推進基本計画」(平成18.3.31)が食育推進会議において決定され、各都道府県・政令市・特別区に、積極的な取り組みの推進と地域の実情を踏まえた「食育推進計画」作成及び実施に努める、市町村、関係団体等に対する周知及び適切な支援を行うことが通知されたことを受けて、食育推進が積極的に進められている。

平成16年(2004)から、本学において実施していた「食育教室」の5年間の取り組みを北海道

文教大学研究紀要第33号に資料「北海道文教大学『食育教室』実施記録〔2004～2008〕」<sup>1)</sup>として報告した。

その5年間の取り組みにおいて、地域の食育のネットワークづくりや子どもたちの食育推進に、参加者や連携団体の増加など一定の成果が見られたことから、引き続き調理実習等体験型の『食育教室』を継続してきた。学生ボランティアの中から、小学校や特別支援学校で栄養教諭や都道府県・市町村の保健センターで地域住民のために公衆栄養活動に従事する者を輩出していることは、管理栄養士・栄養教諭の養成校として、学生への教育効果<sup>2)</sup>のある体験学習ができる事業として位置づけられる。

本資料は、その後の2年間〔2009～2010〕の実施内容をまとめ、連携機関との新たな取り組みや広がり等について報告する。

## 2. 実施状況

(1) 平成21年度〔2009〕<表1>

表1 北海道文教大学『食育教室』実施状況(2009・2010)

回・日時	対象	参加者数	テーマ・レシビ	講師	スタッフ	サポート学生	共催・後援 関係団体
2009 第1回 6/20	就学前の5・6歳 児の親子	22 (10組)	『お父さんもいっしょ★レッツクッキング!』 ・やさいまるごとピザ ・さんしょくスープ ・くだもの	手嶋 哲子	木藤 宏子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生 9名	恵庭市 恵庭市教育委員会 ルーキーズカンパニー (石狩農業改良普及セ ンター本所)
第2回 7/11・12	小学生4・5・6年	25	えにわ 大好き! 食の体験ランド 『みんなでランチ!』 ・ケーキライス ・豚のミルク煮 ・レンジでエコ漬け ・シュワッとフルーツ白玉	坂本 恵	木藤 宏子 手嶋 哲子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生 8名	
第3回 8/29	小学生4・5・6年 (保護者も可)	42	『カラフルえにわの野菜でパワー注入!(3)』 ・ころころパンプキン ・えびピラフ ・トマトとズッキーニのスープ ・カルピスカンてん	木藤 宏子	手嶋 哲子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3・4年生10名	
第4回 9/6	恵庭通学合宿 参加児童 小学生4・5・6年	27	『野菜たっぷり! 簡単ランチ』 ・じゃこ入り炊き込みご飯 ・白菜と鶏肉のとろとろスープ煮 ・たたききゅうり ・ヨーグルトチーズケーキ	手嶋 哲子	木藤 宏子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3・4年生 9名	
第5回 10/3	小学生・中学生 (保護者も可)	83	『北海道の秋を味わおう~おいしく・たのしく・かしく食べる~』 ・秋の紅葉きのご飯 ・えにわ味噌スープ ・さんまのチーズロール ・かぼちゃモンブラン	木藤 宏子 黒川由香里 牧野沙知子 林 美智子 三好 景子 藤田 郁子	手嶋 哲子 小塚美由紀 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生16名	恵庭市 恵庭市教育委員会 恵庭市学校給食セン ター・財団法人恵庭市 学校給食協会 ルーキーズカンパニー
第6回 10/31	就学前の5・6歳 児の親子	42 (17組)	『親子でわくわくクッキング!! 料理の基本にチャレンジ!!』 ・ごはん ・キャベツと豚肉のなべ ・三色だんご	手嶋 哲子	木藤 宏子 鈴木 恵 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3・4年生12名	恵庭市 恵庭市教育委員会 ルーキーズカンパニー (石狩農業改良普及セ ンター本所)
第7回 12/5	就学前の5・6歳 児の親子	35 (16組)	『親子でわくわくクッキング!! ☆みんなでたのしいクリスマス♪』 ・ローストポーク ・ミネストローネ ・シーフードとコーンのサラダ ・クリスマスケーキ	手嶋 哲子	木藤 宏子 鈴木 恵 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3・4年生11名	
2010 第1回 6/26・27	小学生4・5・6年	21	えにわ 大好き! 食の体験ランド 『大根料理に挑戦!!』 ・押し麦入りご飯 ・かきたま汁(大根菜入り) ・鶏肉チャーシューのおろし煮 ・大根のエビすり身煮 ・サラダ(生大根のせ) ・フルーツ	木藤 宏子	手嶋 哲子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生 5名	恵庭市 恵庭市教育委員会 ルーキーズカンパニー (石狩農業改良普及セ ンター本所)
第2回 7/24	小学生4・5・6年 (保護者も可)	52	『夏休みの昼食を作ろう!』 ・あんかけチャーハン ・あさりのスープ ・杏仁豆腐	木藤 宏子	手嶋 哲子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生 9名	
第3回 8/28	小学生・中学生 (保護者も可)	72	『えにわの野菜でパワーアップ!』 ・パン ・ささ身のレモン風味焼き ・ピシソワーズ ・シャキシャキサラダ ・プリン	田中 律子 黒川由香里 牧野沙知子 林 美智子 三好 景子	木藤 宏子 手嶋 哲子 片村 早花 鈴木 恵 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生15名	恵庭市 恵庭市教育委員会 恵庭市学校給食セン ター・財団法人恵庭市 学校給食協会 ルーキーズカンパニー
第4回 9/5	恵庭通学合宿 参加児童 小学生4・5・6年	34	『アジア料理に挑戦』 ・ナシゴレン ・餃子入り野菜スープ ・タピオカココナッツミルク	手嶋 哲子	木藤 宏子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	通学合宿ボラ ンティア学生 4名	
第5回 10/30	就学前の5・6歳 児の親子	36 (16組)	『親子でわくわくクッキング 料理の基本にチャレンジ!!』 ・ご飯 ・マグロの和風ムニエル ・豚汁 ・カボチャ団子	手嶋 哲子	木藤 宏子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生 10名	恵庭市 恵庭市教育委員会 ルーキーズカンパニー (石狩農業改良普及セ ンター本所)
第6回 11/20	就学前の5・6歳 児の親子	32 (13組)	『親子でわくわくクッキング!! 中国料理にチャレンジ!!』 ・ご飯 ・マーボー豆腐 ・だいこんのえび入り塩もみサラダ ・ゼリーシェイク	手嶋 哲子	木藤 宏子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生 9名	
第7回 12/11	就学前の5・6歳 児の親子	39 (18組)	『親子でわくわくクッキング みんなで楽しいクリスマス!』 ・カレートマトバスタバエリア ・コーンチャウダー ・もみの木チョコレートケーキ	手嶋 哲子	木藤 宏子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生 11名	

北海道文教大学主催の『食育教室2009』として、後援を恵庭市・恵庭市教育委員会からいただき、調理体験型の教室の開催を年7回計画した。

平成19年度第4回に新しい試みとして実施した就学前の5・6歳児の親子を対象とした「親子でわくわくクッキング」は、平成20年度は文部科学省の「地域における社会貢献事業支援」の補助を受けるため『食育教室』から独立し、『親子わくわく料理教室』として2回実施されたが、事業目的や内容が同様であり補助の継続がなされなかったため平成21年度より『食育教室』に統合された。7回の内訳は、小学生を対象に4回、就学前の幼児親子を対象に3回とした。

健康栄養学科3年生が学生ボランティアとして、対象の幼児・児童・生徒やその保護者の方々に係らせていただくことにより、学生自身の体験学習の機会とした。

平成21年度から、事業運営体制について健康栄養学科の業務体制見直しにより、講師補助として毎回2名の学科助手や実習補助員が事前準備や

調理実習補助に携わっていたが、学外の管理栄養士（以下、臨時管理栄養士）を確保して対応することとなった。

主に試作、レシピ・ポスターの作成、当日の講師補助を臨時管理栄養士3名がローテーションを組み担当した。臨時管理栄養士は、共に恵庭在住であり、『食育教室』の対象者になる幼児や小学生の子どもを持つ本学の卒業生であったため、回を重ねるにつれて、細やかな気づきや参加者に配慮のある活動を展開してくれるようになった。

平成21年度は、前年から参加していた地元（恵庭・北広島・千歳）の若手農業家団体“ルーキーズカンパニー”が、朝取りの野菜や米などの食材調達その他、参加者と一緒の調理実習にも慣れてきて、精神的にもゆとりを持って参加できるようになってきた。昨年から試食時に行っていた生産者からの食育のお話やクイズ（ルーキーズタイム）も、実験なども取り入れて、積極的な交流が行われるようになった。ルーキーズタイムの内容を〈表2、写真1～4〉に示した。

表2 ルーキーズタイムの内容

年度	回	対象	テーマの農作物	教室テーマ・内容
2009	1回目 6/20	就学前の5・6歳児の親子	アスパラ、たまねぎなど	『お父さんもいっしょ★レッツクッキング！』 クイズ形式
	2回目 7/11・12	小学生4・5・6年	キャベツ	<b>えにわ 大好き！食の体験ランド</b> 植え付け、収穫体験
	3回目 8/29	小学生4・5・6年 (保護者も可)	かぼちゃ、とうもろこしなど	『カラフルえにわの野菜でパワー注入！(3)』 クイズ形式
	4回目 9/6	恵庭通学合宿 参加児童 小学生4・5・6年	米	『野菜たっぷり！簡単ランチ』 クイズ形式
	5回目 10/3	小学生・中学生 (保護者も可)	かぼちゃ	『北海道の秋を味わおう～おいしく・たのしく・かしく食べる～』 ハロウィンかぼちゃの加工実演
	6回目 10/31	就学前の5・6歳児の親子	かぼちゃ	『料理の基本にチャレンジ！』 ハロウィンかぼちゃの加工実演
	7回目 12/5	就学前の5・6歳児の親子	じゃがいも	『☆みんなでのいいクリスマス♪』 芋版を彫ってプレゼント
2010	1回目 6/26・28	小学生4・5・6年	だいこん	<b>えにわ 大好き！食の体験ランド</b> 種まき、間引き、収穫体験
	2回目 7/24	小学生4・5・6年 (保護者も可)	小麦	『夏休みの昼食を作ろう！』 クイズ形式
	3回目 8/28	小学生・中学生 (保護者も可)	恵庭農業の歴史	『えにわの野菜でパワーアップ！』 パワーポイントによる映像を入れた クイズ形式
	4回目 9/5	恵庭通学合宿 参加児童 小学生4・5・6年	じゃがいも	『アジア料理に挑戦』 食味による品種当てクイズ
	5回目 10/30	就学前の5・6歳児の親子	かぼちゃ	『料理の基本にチャレンジ!!』 ハロウィンかぼちゃの加工実演
	6回目 11/20	就学前の5・6歳児の親子	てん菜	『中国料理にチャレンジ！』 飴づくり
	7回目 12/5	就学前の5・6歳児の親子	牛乳	『☆みんなでのいいクリスマス♪』 新鮮な牛乳でフレッシュバターづくり

教室開催に必要な機器として家庭用炊飯器やスチームオーブンレンジ等を整備したが、一度に使用できる機器数が制限され機器を分散して使用しなくてはならなかったが、調理実習室の電力基盤増設整備の実施により、自由に活用できるようになった。

これまでの5年間は、業務の調整がつかず6月の食育月間に教室の実施することを見送っていたが、食育推進の全国的な高まりを考え、第1回を6月に実施することとした。

新たな広報活動として、千歳・恵庭エリアの生活情報誌「Chanto」発行/株式会社メディアコム(毎週金曜日発行65,000部)が第2回の「えにわ大好き!食の体験ランド」を掲載、若い世代の保護者に情報発信する機会が広がった。〈写真5〉

また、『食育教室』の取り組みを発表する機会として、2つのフォーラムへ食育教室のパネル展示やレシピの提供などを行った。1つ目は「子どもの生活習慣づくりフォーラムinほっかいどう(主催 文部科学省、北海道子どもの生活リズム向上実行委員会 共催 北海道教育委員会 平成22年1月24日 北海道大学クラーク会館)」〈写真6〉、2つ目は「えにわ☆食・農交流フェスタ(主催 恵庭市、恵庭市地産地消推進協議会 平成22年2月27日 キャスル恵庭)」

「えにわ☆食・農交流フェスタ」では、ルーキーズカンパニーの宮田渉会長、小林和弘前会長が、「つくって食べて考えてぼくらの食育教室(パート2)」で本学『食育教室』との2年間の活動を発表した。特に平成22年度2回目の「えにわ大好き!食の体験ランド」を中心に、地域の各団体の連携が相乗効果を上げていく様子を発表した。

また、「えにわ大好き!食の体験ランド」の取り組みを農林水産省が提唱している「地域に根ざした食育コンクール2009」の食農体験学習分野に応募を試みた。共催団体である恵庭市教育委員会生涯学習課が応募の手続きを担当した。単年度の実施のため受賞には至らなかったが応募したことから意識を高く持って事業に取り組む姿勢や協働の意義を学ぶ機会になった。

次に回に沿って事業内容を報告する。

第1回は、「食育の日」である6月19日の翌日になる20日(土)に、その翌日が「父の日」なので「お父さんもいっしょ★レッツクッキング」をテーマに野菜をたっぷりつけたピザを作った。参加10組の内、3組が父親の参加であった。〈写真7〉

第2回は、恵庭市教育委員会が大学と共催する形で、「えにわ大好き!食の体験ランド」(1泊2日)を実施した。〈表3〉内容は、大学の『食

表3 「えにわ大好き!食の体験ランド」実施状況

回・日時	対象	参加者数	テーマ・レシピ	講師	スタッフ	サポート学生	共催・後援 関係団体	
2009 第2回 7/11・12	小学生4・5・6年	25	『みんなでランチ!』 ・ケーキライス ・豚のミルク煮 ・レンジでエコ漬け ・シュワツとフルーツ白玉	坂本 恵	木藤 宏子 手嶋 哲子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生 8名	恵庭市 恵庭市教育委員会 ルーキーズカンパニー (石狩農業改良普及センター本所)	
			『収穫体験』					ルーキーズカンパニー
			『夕食作り』『夏やさいのカレーを作ろう』 『朝食づくり』『オープンサンド』	3年生 5名				
			『食育ワークショップ』みんなでキャベツのふしぎを考えよう! 感じよう!	3年生 5名、ルーキーズカンパニー、恵庭市教育委員会				
2010 第1回 6/26・27	小学生4・5・6年	21	『園場体験』 昼食 『みんなで作ろう! 畑汁』	恵庭市教育委員会、ルーキーズカンパニー(石狩農業改良普及センター本所)	手嶋 哲子 部坂真奈子 宮崎 理恵 村田 貴子	3年生 5名		
			夕食 『大根料理に挑戦!!』 ・かきたま汁(大根菜入り) ・鶏肉チャーシューのおろし煮 ・大根のエビすり身煮 他					木藤 宏子
			朝食づくり 食育ワークショップ『大根のふしぎを考えよう! 感じよう!』	3年生 5名	木藤 宏子 小塚美由紀 卒業生ボランティア			
			昼食 『大根ランチ』	手嶋 哲子				



育教室』、ルーキーズカンパニーの熱い思いが更に伝わる『圃場体験』、学生とルーキーズカンパニーによるテーマ野菜の『ワークショップ』を入れた。前回〔2004～2008〕の報告<sup>1)</sup>で、「生産者が関わる食育は、農業や作物に関する知識を与える他に、感謝の心や仕事にかける誇りなど精神面の教育効果を伝える役割を担う。」としていた。『食育教室』の後援団体である恵庭市教育委員会も同様の考えであり、平成18年から20年に連携した“石狩管内社会教育共同事業「食育体験推進（生涯学習）事業」いしかり食の体験ランド”での取り組みを基礎とする、恵庭市独自の事業展開として実施の可能性を検討していた中で、実現した食育推進であった。ルーキーズカンパニーも自らのフィールドで生産者の思いを伝える機会なので、何度も遅くまで話し合いを持ち準備を進めた。2日間係わるボランティア学生は、栄養教諭課程を履修している3年生が5名担当し、テーマ野菜の“キャベツ”についてワークショップの準備を進めて行った。周知から募集までの期間は7日間であったが、定員を超える申し込みがあり、参加者は25名になった。7月11日(土)通常の『食育教室』と同じ形で、午前中に昼食づくりを兼ねた食育教室を体験し、午後からの『圃場体験』では、キャベツの種から順に成長過程を見ながら苗植えと収穫体験の他、小麦畑・ビート畑なども見学した。夕食は学生の指導による「夏やさいカレー作り」、圃場体験で収穫した野菜のほか、地元恵庭の野菜をたっぷり使用した。宿泊先は、青少年研修センターを使用し、翌日は研修センターで食育ワークショップ「キャベツのふしぎ」をルーキーズカンパニーと学生の協働により展開した。〈写真8～10〉

反省会でのアンケートからは、「家に帰って、これからしてみたいことは？」という問に「料理をしたい」という記述が16名（64%）、「今回作った野菜を作りたい」「ルーキーズ」「好ききらいをしないで、野菜をもりもり食べる。」などがあり、自由記述には、「また、機会があったら参加した

いと思いました。ありがとうございました。」などの記入があり、実際、リピーターとして、その後の食育教室に参加する児童が出ることとなった。

第3回は、「カラフルえにわの野菜でパワー注入！〈3〉」をテーマに恵庭産の野菜の代表であるえびすかぼちゃを使い、トマトやズッキーニなど夏野菜と組み合わせた洋食メニューで通常の食育教室を開催。〈写真11・12〉

第4回は「えにわ通学合宿」の児童を対象に「野菜たっぷり！簡単ランチ」をテーマに実施、通学合宿の夕食メニューを参加児童が考える時に、野菜を不足しないように摂取するコツを伝えるための内容であった。〈写真11・13〉

第5回は平成20年に引き続き「北海道の秋を味わおう～おいしく・たのしく・かしこく食べる～」をテーマに、恵庭市学校給食センター・財団法人恵庭市学校給食協会と共催で行われた。小中学生を対象に第1・第2調理実習室を使い、本学の教員と恵庭市の学校栄養教諭が指導に当たり、3年生のサポート学生も活躍した。新型インフルエンザの影響を受けて、欠席者が出たが、83名の参加で実施された。また、申込時に定員になり参加できなかった児童にはレシピを配布するようにした。実習の内容は、北海道の秋の味覚さんま、きのこ、恵庭の乳製品、えびすかぼちゃを使ったメニューで、さんまは札幌市中央卸売市場水産協議会から新鮮な魚の提供を受けた。初めて魚を三枚に下ろす経験をする児童が大半で、自分のさんまは自分でさばき、全ての児童が魚に触れる貴重な体験をした。〈写真11・14〉

第6回は『親子でわくわくクッキング!! 料理の基本にチャレンジ!』をテーマに就学前の5・6歳児の親子17組を対象に、実習台1台に2組の親子を配置し、子どもが自ら包丁も鍋も扱う形で実施した。ルーキーズタイムはハロウィンにあわせ、ハロウィンのかぼちゃのランタン作りが行われた。ルーキーズの会員がランタンづくりをする周りには、子どもたちが集まり、出来あがっ

た見事なランタンをジャンケンでいただく子どもも出て、楽しい時間を過ごした。

第7回は『親子でわくわくクッキング!! ☆みんなでののしいクリスマス♪』をテーマにクリスマス料理に挑戦し、市販のロールケーキを使ったクリスマスケーキのデコレーションには、夢中になって取り組んでいた。野菜などを包丁で切る作業も多かったので、思う存分包丁がつかえて満足した様子が見られた。〈写真15・16〉

## (2) 平成22年度〔2010〕〈表1〉

北海道文教大学主催の『食育教室2010』として、後援を恵庭市・恵庭市教育委員会からいただき、ルーキーズカンパニーは協力団体として位置付け、平成21年度と同じ7回を計画した。

6月の食育月間に実施するものとして「えにわ大好き! 食の体験ランド」〈表3〉を選び、それを第1回として、6月から12月まで、毎月実施する形をとった。

臨時管理栄養士も2年目に入り、ボランティア学生への指示や当日の変更事項にも柔軟に対応し、大きな戦力として無くてはならない存在になった。

広報活動として、平成21年度に引き続き、生活情報誌「Chanto」への掲載があり、更に5・6・7回の『親子でわくわくクッキング』のレシピの掲載、「Chanto」のホームページでのレシピ紹介なども行われた。

次に回に沿って事業内容を報告する。

第1回は食育月間に「えにわ大好き! 食の体験ランド」を実施した。前年度の反省から、『圃場体験』に十分な時間が取れるように検討され、『食育教室』は初めての夕食作りの対応になった。その代わり、子どもたちが収穫してきたテーマ野菜である“大根”をいろいろな料理で味わってもらおう大根づくしのメニューになった。また、次の日の食育ワークショップは大学を会場に調理実験なども入れながら行い、担当した5名の学生は、事前準備でかなり悩みながら作成した栄養教材を

使って『大根のふしぎを考えよう! 感じよう!』をテーマに栄養教育を実施し、伝えることの難しさや感動を共有することの充実感を体験した。〈写真17〉

第2回は『夏休みの昼食を作ろう!』をテーマに小学生が夏休みに入った初日に当たる7月24日に開催した。メール、FAX、郵送と申込手段があるため、締切の調整が難しく、52人と定員を上回る人数になったが、無事終了した。

第3回は連携が3年目に入る恵庭市学校給食センターと財団法人恵庭学校給食協会との連携であった。毎年8月のテーマである“えにわの夏野菜”を中心にテーマを『えにわの野菜でパワーアップ!』として、学校給食で人気メニューの「ささ身のレモン風味焼き」などを入れながら、付け合わせ、スープやサラダに野菜やじゃがいもを使い洋食メニューで実施した。

第4回は「えにわ通学合宿」の児童を対象に「アジア料理に挑戦」をテーマに実施、通学合宿の夕食メニューを参加児童が考える時に、野菜を不足しないように摂取するコツを伝えるための内容であった。残暑も厳しい時だったので、スパイシーなアジア料理は好評でした。〈写真17〉

第5回～7回までは、「親子でわくわくクッキング」を1ヶ月半の間に集中して実施した。5回目が「料理の基本にチャレンジ!」、6回目が「中国料理にチャレンジ!」、7回目が「みんなで楽しいクリスマス!」をテーマに、幼児が自ら調理体験をして、達成感を味わえることを大切に実施した。〈写真18〉 実施が集中していたこともあり、リピーターの幼児が例年より多くみられたので、食育教室体験後の家庭での様子を調査し、食生活の意識変化などを調べることを進めている。第7回は広報ENIWAが配布されて2日で定員を超えてしまい、キャンセル待ちを希望する家庭が多く出た。この一因として、昨年から、『食育教室』を積極的に掲載してくれている生活情報誌「Chanto」の存在も大きいのではないと思われる。平成22年度は、実施の様子だけではなく、

レシピの掲載やホームページでの紹介などもあり、若い世代の保護者がどのような情報源から情報を得ているのかなども改めて確認する必要があると感じた。

### 3. 学会での発表

これまでの取り組みを日本栄養改善学会で2度に発表している。「管理栄養士養成課程を有する大学の『食育教室』への取り組みと地域との連携について」<sup>3)</sup>、「食育にスタッフとして関わる学生の教育効果」<sup>2)</sup>である。

両者とも、明確な評価でその効果を述べるには至っていない。食育はその効果を的確に評価するためには、準備段階からしっかりとした評価のデザインを考えて対応しなくてはならない。当初、普及と推進を目的に進めて来た食育教室ではあったが、これからよりよい推進を求めるために、栄養教育プログラムとして、効果のある食育推進のモデルを提案できる取り組みが必要となる。今後、そのような視点で取り組みたいと考えている。

### 4. 2年間のまとめ

この2年間は、学外から臨時管理栄養士の協力を得て、学内では著者らが担当で運営してきた。当初は、スムーズに進むか不安であったが、臨時管理栄養士を得たことが関わるスタッフが増え、新たな裾野の広がりになり、『食育教室』に厚みが増す機会になった。また、共催団体や協力団体と役割分担をすることにより、運営がスムーズに進むようになった。

「えにわ大好き！食の体験ランド」の取り組みは、関わるスタッフも楽しんで進めることができている。子どもたちに何を体験させようかと考えると、計画するスタッフはわくわくして熱が入る状況である。3年間、食育教室に協力していただき、平成22年度の「えにわ大好き！食の体験ランド」では共催団体として活動したルーキーズカンパニーの皆さんの変化も大きかったと感じている。その変化をまとめるために現在、調査を進め

ている。

改めて、食育とは関わる全ての人が食育されるのだと実感する次第である。参加する児童が初めて出会った他の小学校の児童と関わりながら作業をする体験は、大学で行う食育教室ならではある。

学生にとっても、コミュニケーション力に自信の無い学生が増える中、大学生活の中で、実際の対象者に関われることは大変貴重な体験になり、サポート学生のボランティア募集には、積極的に参加する学生が多いのも担当者として嬉しい限りである。ボランティアを経験した学生が地方公務員栄養士採用2次試験の集団面接を受けた時の結果を尋ねた時に返ってきた言葉がある。それは「私は面接官の質問に語りたことが一杯ありました！」であった。

次年度も楽しく達成感のある体験を積み重ねていくことで、自分の食事は自分で作れる、家族や友だちと共に作りもてなすことを楽しめる、食事をバランスよく選択できる子ども達が増えてくれることを目標にして、これからも食育の様々な新しい関わりを求めて行きたいと考えている。

前回の報告でも触れたが、広報活動は、行った後にもそれを伝えることで食育活動を推進する効果を期待できるものとして、今後も、様々な機会に連携を取って行きたいと考えている。地域の高等教育機関として、食育推進の拠点の1つになり、よりよい食育の発信ができるようネットワークを広げていくことが、管理栄養士の養成にもよい教育効果をもたらすことを再度述べておきたい。食育教室でのアンケート調査結果やルーキーズカンパニーの皆さんの調査結果などは、別にまとめていく予定である。

### 謝 辞

事業を推進するに当たり、恵庭市教育委員会の松本博樹教育長様始め、生涯学習課の皆様、施策推進担当主査 藤野真一郎様、社会教育主事補 谷口寛典様、恵庭市青少年研修センター 社会教育主事 奥寺徳之様、ルーキーズカンパニーの皆様、

北海道石狩農業改良普及センター本所 専門普及指導員 浅田洋平様、恵庭市学校給食センター長 玉川広行様、栄養教諭諸先生のご協力に深く感謝申し上げます。

また、回を重ねるごとにレシピの工夫や教室の指導に力を発揮してくれた臨時管理栄養士の部坂真奈子さん 宮崎理恵さん 村田貴子さんに感謝を申し上げると共に、陰で支えて下さる本学科の教職員の皆様に感謝を申し上げます。

最後に、大学の特別企画事業として継続的に認めて下さり、積極的に事業展開ができる環境を維持して下さったことに、前回に引き続き感謝申し上げます。

#### 文献

- 1) 木藤宏子、手嶋哲子、諸橋京美、神原史織：北海道文教大学『食育教室』実施記録〔2004～2008〕、北海道文教大学研究紀要、(33)：151-162、2009.
- 2) 木藤宏子、手嶋哲子：食育教室にスタッフとして関わる学生への教育効果、栄養学雑誌、67 (5)：290、2009.
- 3) 木藤宏子、手嶋哲子：管理栄養士養成課程を有する大学の「食育教室」への取り組みと地域との連携について、第7回日本栄養改善学会北海道支部学術総会講演集、2008.
- 4) 河野美穂：食育で健康づくり、栄養学雑誌、67 (3)：93-98、2009.











<写真9>



<写真10>



<写真11>



<写真12>



<写真13>



<写真14>



<写真15>



<写真16>





## “Shokuiku” Class Program Implementation Report at Hokkaido Bunkyo University〔2009～2010〕

KITO Hiroko, TEJIMA Tetsuko, OHTAGAKI Megumi and SUZUKI Megumi

**Abstract:** The present paper reports the implementation in the fiscal years 2009 and 2010 of “Shokuiku Kyoushitsu (dietary education class)”, which has been implemented at Hokkaido Bunkyo University since 2004 as a project for promoting dietary education by providing cooking classes and other activities mainly to elementary school students. With participation of not only elementary school students but also preschool age children and their parents in those years, the project held 7 sessions per year, up from the 4 sessions in 2008. The new event, “Eniwa Daisuki! Shoku no Taiken Land (Love Eniwa! Food Experience Festival)”, offered field experience and dietary education workshops over 2 days and 1 night. The collaboration between the school board and producers’ group in holding the event contributed to the promotion of dietary education among volunteer students and members of the producers’ group as well as participating children, reconfirming the importance of collaboration. Classes for preschool children and their parents offered opportunities for the children to actually cook, and attracted many participants, including repeat participants. PR activities before and after events play an important role in promotion of dietary education, and selecting appropriate PR methods for the targets of the promotion is essential. As a university that offers a training program for nationally registered dietitians, it is necessary to continue to make the effort to promote dietary education in the community by developing a nutrition education program that allows the evaluation of the effect of dietary education in participants and staff.

