

みんなで育てた野菜で、美味しい食事作り

壮瞥町食生活改善推進員協議会ひまわりの会

1 取組の目的

- (1) 学校で自分たちが育て、収穫した作物を使い、児童とともに食事を作り給食として食べる体験を通して、食材を育て収穫する段階から、調理を経て食卓に並ぶまでの過程を学び、食に対する興味を深めてもらう。
- (2) 壮瞥町で収穫された野菜を食育事業で用いることで、地元で生産される食材を知ることができ、地産地消を促す

2 取組の内容

(1) 実施概要（平成 25 年度）

学校農園の野菜を食材として利用し、調理実習を行った。

壮瞥小学校では、地元農家の協力を得て、学校農園で採れた野菜以外は壮瞥産の野菜を使用。

実施日	学校名	児童数	各校からの提供野菜
10月29日	久保内小学校	6名（2班編制） 3年生2名・4年生4名	かぼちゃ、じゃがいも、とうもろこし、 枝豆、にんじん
11月22日	壮瞥小学校	22名（3班編制）	かぼちゃ、じゃがいも、さつまいも、枝豆

(2) 献立

主食；枝豆ごはん

主菜：コロッケ（かぼちゃ、じゃがいも）

副菜：野菜サラダ（久保内小はじゃがいもサラダ、壮瞥小はさつまいもサラダ）

汁物：コーンとわかめのスープ

牛乳

(3) 学校との打合せ（各校共通、当会会長と管理栄養士が出席）

第1回 実施学年、農園で育てる野菜の種類

第2回 日程調整と野菜の収穫状況、アレルギー児童の有無
※定例会にて献立の作成と試作を行い、献立を決める

第3回 学級担任との打合せ

①献立表を中心に、収穫野菜の確認

②児童数、特別支援児童の有無

③調理器具、食器確認、感想文の依頼



【調理の実際と留意点】

ア 当会の役割分担…各校の児童数に応じ班編成をして指導にあたる。

イ 調理実習に必要な野菜を除く食材は、買い物当番2名で担当し、経費は当会の事業費から支出する。

ウ 衛生面や器具、火気の取り扱いに注意し、児童全員が調理するように心掛け、楽しく行うように誘導する。

エ 3・4時間目で調理実習を行い、その後の給食時間内で終了するように、食後の食器洗浄、調理室内掃除も行う。

(4) 栄養教育の実施

ア 食事終了後に「野菜を食べよう」（北海道新聞記事）を活用し、人形劇を実施



イ 壮瞥産の食材の紹介



3 成果と課題

(1) 成果

- ・ 地元で収穫された野菜を利用し食育活動を実施することで、従来では、食べ物の栽培、収穫から調理し摂取するまでの過程を学ぶことを主目的としていたが、その他にも壮瞥町で収穫される野菜を学ぶ機会を持つことができ、児童、またその保護者に対する地産地消の取組への繋がりとなった（献立については、家庭に持ち帰り調理できるように、当日の献立を4人分の分量にしたものを児童に配布している）。
- ・ ひまわりの会が3～4年生を対象に食育事業を行い、参加児童全員が調理器具の使い方から実際の調理まで一連の工程について実習することで、児童は5年生になって家庭科で実習を行う前に調理の基本を学ぶことができた。

(2) 課題

- ・ 学校における食育活動の継続と、効果的な指導方法の確立。
- ・ 地産地消を目指した学習会の開催（生産者との交流会）。