

食べることは心と体を育てる

～食事をつくろう！元気なカ・ラ・ダ～

いちはら食育だより 第19号 2023年4月

「いちはら食育の会」は、子どもから大人まで、生涯健康で心豊かに過ごすことができるよう、健康の源である栄養バランスの良い食生活の普及に努めています。また郷土料理の伝承や、地産地消の食材で体に良い料理を作って「みんなで美味しく」「楽しく食べる」ことを目標に活動しています。

千葉大学教育学部附属小学校 帰国児童クラスで 「房総太巻き寿司」をテーマに留学生と交流しました



千葉大学教育学部附属小学校 帰国児童クラスの4, 5, 6年生が1回目は「房総太巻き寿司調理」を体験しました。2回目は「千葉の伝統郷土料理を海外から来た人に紹介しよう」をテーマに、授業で「太巻き寿司の歴史」や「ノリの栄養」について調べたことを発表しました。マレーシア、バングラデッシュ、中国の留学生に交じりゲストとして参加し、楽しく交流しました。

市原と海苔の関わり 「千葉県郷土料理太巻き寿司の歴史」冊子の作成



令和2年10月に市原市の郷土料理『房総太巻き寿司』は「市原市のふるさと名物応援宣言」を受けました。50年以上前は、養老川の河口は良質のノリがとれる一大生産地で、冠婚葬祭には『房総太巻き寿司』が盛んに作られていました。現在は海が埋め立てられ、京葉コンビナートとなり、それを知らない人が増えています。その歴史を次世代に伝えていくために、市原と海苔の関わりを調べ、海苔屋マップも作り冊子にまとめました。

2022年度 「いちほら食育の会」で協力した事業で

| | 期日 | 内容 | 会場 | 担当 | 参加者 |
|------------------------------------|--|------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------|-----------|
| 郷土料理の伝承 市原市ボランティア 連絡協議会、料理教室 | 5月24日(火) | 市原市の郷土料理 房総太巻き寿司を 体験しよう | 五井公民館 | 上田 協力会員 福島 | 12名 |
| 市原市 地域連携室 日曜の学校 | 6月5日(日) | 市原市ふるさと名物 房総太巻き寿司 体験教室 | ウエルシア コミュニティ センター | 上田 福島、永島 | 子供 18名 |
| ふるさと市原をつなぐ 連絡会 歴史講座 | 6月9日(木) | 千葉県の郷土料理 太巻き寿司の歴史 | 市原市民会館 | 上田 福島 | 20名 |
| 子供への食育講座 | 6月17日(金) | 発酵甘酒酒粕を 使ったお菓子作り | 市津公民館 | 三宮 | 親子 6組 |
| 子育てプラス | 6月20日(月) | 幼児食 食品の衛生管理 | 八幡公民館 | 三宮 | 親子 6組 |
| 郷土料理の伝承 房総太巻き寿司 体験教室 | 5月20日(金) 5月26日(木) 6月12日(日) 6月17日(金) 7月10日(日) | 市原の郷土料理 房総太巻き寿司の 体験料理教室 | ヘルシー クッキング | 上田、 協力会員 福島、早野 三島、立野 永島 | 30名 |
| 健康料理教室 | 10月26日(土) | 秋の薬膳料理 | 五井公民館 | 木村 | 16名 |
| 郷土料理の伝承 いちほら市民大学 | 10月7日(金) | 「市原の食文化」 講演 太巻き寿司の試食 | 市原市 生涯学習 センター | 上田、 協力会員 福島、 永島、相川 | 48名 |
| 市原市ボランティア 連絡協議会、料理教室 | 10月26日(水) | 「塩分」「栄養」「おいし く食べて」フレイル予防 | 五井公民館 | 木村 | 12名 |
| 千葉県調理師講習会 | 11月1日(火) | 千葉の食文化 調理学 太巻き寿司の試食 | 木更津市金田 交流センター | 上田 福島 | 25名 |
| 郷土料理の伝承 アクアラインマラソン | 11月6日(日) | 太巻き寿司の歴史 冊子の配布 | 木更津市 牛込海岸 | 上田、福島 湯浅、相川 | 100名 |
| 健康料理教室 | 11月23日(水) | 薬膳料理 | 辰巳公民館 | 木村 | 12名 |
| 健康料理教室 | 11月26日(土) | 薬膳料理 | 加茂公民館 | 木村 | 16名 |
| 健康料理教室 | 11月29日(火) | 薬膳料理 | 八幡公民館 | 木村 | 12名 |
| 青葉台町会協議会 青葉大学講演 | 1月14日(日) | 千葉の郷土料理 太巻き寿司の歴史 | 市原市青葉台 自治会館 | 上田 | 20名 |
| 郷土料理の伝承 親子太巻き寿司教室 | 2月19日(日) | 房総太巻き寿司 「おひな様」 | 八幡公民館 | 上田 福島 | 親子 6組 |
| 郷土料理の伝承 千葉大学付属小学校 太巻き寿司教室授業 | 2月7日(火) | 千葉の郷土料理・太 巻き寿司の歴史を学 び、作ってみよう | 千葉大学 教育学部 付属小学校 | 上田 協力会員 福島、湯浅 | 23名 |
| 郷土料理の伝承 千葉大学付属小学校 留学生との交流授業 | 3月7日(火) | 千葉の郷土料理を海 外から来た人に紹介 しよう | 千葉大学 教育学部 付属小学校 | 上田 | 23名 |