

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21号 2025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。

市原市立東海小学校と白金小学校で「市原と海苔の関わり・太巻き寿司の歴史」冊子とDVDの活用・体験学習



市原市教育委員会に「市原と海苔の関わり・千葉県の郷土料理・太巻き寿司の歴史」のDVDと「伝統の祭りずし・美味しいヘルシー家庭料理」書籍を寄贈しました。「房総太巻き寿司」が市原の郷土料理であることを知らない子供も増えているので、市内40の小学校の学習に役立てていただくよう願いました。

千葉県で採れた米、ノリ、酢を使い、体にも良い食べ物として子供たちや、若い人にもその良さを伝えていき、市原市の伝統の郷土料理としてこれからも末永く受け継がれていくことを願っています。

東海小学校と白金小学校で「太巻きずしづくり」の体験教室を実施し、小学生約90名が参加しました。



ちば食育ボランティア研修会で「いちはらの伝統文化 郷土料理房総太巻き寿司を次世代に伝える活動」を紹介しました。

令和7年2月27日（木）に千葉県の千葉県農林水産部環境農業推進課 食育推進「ちば食育ボランティア研修会」が千葉市生涯学習センターでありました。市原市の郷土料理『房総太巻き寿司を次世代に伝える活動』の取り組みを紹介しました。

千葉県内の銚子、鴨川、山武、東金、市川、船橋、千葉、袖ヶ浦、市原など、各地から集まった70名あまりの方たちとのグループワークで情報交換をしました。とても有意義な研修会でした。



	期日	内容	会場	担当	参加者
郷土料理の伝承 市原市おもてなし 交流事業	4月28日(日) 5月4日(土)	市原の食文化講話 太巻き寿司デモン ストレーション	旧内田 小学校	上田、木村 永島、三浦 安食、湯浅	25名
健康料理教室	5月22日(水)	春の薬膳料理	辰巳公民館	木村	12名
子育てフェスタ	6月1日(土)	食育について	市原市 中央武道館	三宮	親子 100名
郷土料理の伝承 房総太巻き寿司 体験教室	5月12日(日) 5月24日(木) 6月27日(木) 7月14日(日) 7月19日(金)	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、早野 三島、相川 永島、立野	15人
郷土料理の伝承 房総太巻き寿司体験教室	8月2日(金)	姉崎高校美術部 顧問教諭、高校生	ヘルシー クッキング	上田、 アサプール	5名
千葉県教育研究会 家庭部会 研修会	8月11日(金)	食文化の講話 太巻き寿司実習	千葉県立 生浜高校	上田 湯浅	10名
イチ押しイベント 親子太巻き寿司教室	8月25日(土)	親子で楽しく 太巻き寿司を作り	ヘルシー クッキング	上田、永島 三浦、白井 早野	20名
健康料理教室	9月25日(水)	秋の薬膳料理	辰巳公民館	木村	12名
健康料理教室	10月7日(月)	子育てサロン 適塩料理	八幡公民館	三宮	8名
いはら市民大学	10月11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、早野 永島、相川	40名
郷土料理の伝承 房総太巻き寿司の 体験教室	11月7日(木)	市原の郷土料理 房総太巻き寿司 づくり学習	市原市立 東海小学校	永島、三浦 三宮、白井 上田、早野	39名
郷土料理の伝承 房総太巻き寿司の 体験教室	11月20日(水)	市原の郷土料理 房総太巻き寿司 づくり学習	市原市立 白金小学校	池田、岡村、 アサプール 安食、上田	48名
千葉県調理師講習会 千葉県調理師会市原支部	12月4日(水)	千葉の食文化 調理学の講話	潤井戸 八幡屋	上田	15名
健康料理教室	12月16日(土)	おせち料理	加茂公民館	木村	12名
イチ押しイベント 房総太巻き寿司体験教室	1月27日(月)	伝えていきたい市原 の食文化「太巻き寿 司の体験」	ヘルシー クッキング	上田、早野 永島、三浦 白井	10名
ちば食育ボランティア 研修会、 千葉県農林水産部 環境 農業推進課 食育推進班	2月27日(木)	市原の郷土料理・房 総太巻き寿司を次世 代に伝える活動紹 介、グループワーク	千葉市 生涯学習 センター	上田、木村 白井、岡村 相川、	70名
郷土料理の伝承 親子太巻きずし教室	3月2日(日)	房総太巻きずし 「おひな様」	八幡公民館	上田 岡本	親子 4組