

## 1. 活動報告①（平成30年度食育推進交流会）

- 目的
- ・「西九州大学、佐賀県及び佐賀県教育委員会における食育についての連携・協力協定書」第2条第2号に基づき食育推進交流会の実施。
  - ・栄養、調理、農業分野などの食育を、総合的かつ効果的に推進する人材の育成。
  - ・食育関係者のネットワークの構築。保育所、幼稚園、学校、地域等における多様な関係者が互いに連携・協議することで食育推進の実効性を高めることを目指す。

実施主体 佐賀県・西九州大学食育サポートセンター  
 開催日時 平成31年2月13日（水） 13時00分～16時30分  
 開催場所 佐賀メディカルセンタービル  
 城内記念ホール（4階）および健康支援センター（1階）  
 参加者数 134名



ヘルスメイト44名、ふるさと先生2名、学校関係者15名、幼稚園関係者6名、保育所等児童福祉施設関係者15名、市町行政関係者16名、県行政関係者4名、その他(企業、食品会社等)15名、佐賀県庁職員5名、西九州大学関係者12名

交流会内容 メインテーマ

「食がつなぐ！食が育てる！～佐賀の魅力を知ろう・食べよう・広げよう～」

時間	内容	場所
13:00～	開会 主催者あいさつ（佐賀県・西九州大学）	4階 城内記念ホール
13:10～	講演（城内記念ホール） 「食でつくろう、佐賀の健康」 講師：西九州大学健康栄養学部長 教授・医師 石松 秀 氏	
14:10～	休憩	
14:20～	パネルディスカッション 「食がつなぐ、佐賀の魅力」 嬉野市商工会 事務局長 白濱幸広 氏 佐賀県有明海漁業協同組合 専務理事 江頭忠則 氏 佐賀市立北川副小学校 栄養教諭 百武裕美 氏	
15:20～	休憩・移動	1階 健康支援センター a.すこやかキッチンスタジオ b.多目的ルーム
15:30～	食の体験交流会（健康支援センター） a.食味試験（5つの味を閾値で見分ける）・海苔の食味 講師：西九州大学 健康栄養学科 教授 安田みどり 氏 佐賀県有明海漁業協同組合 b.展示ブース巡回・米の食べ比べ	
16:30	閉会	

## 実施評価

「食がつなぐ！食が育てる！～佐賀の魅力を知ろう・食べよう・広げよう～」をメインテーマとして講演・パネルディスカッションと食の体験交流会を実施した。

講演は、「食でつくろう、佐賀の健康」というテーマで、西九州大学健康栄養学部学部長で医師の石松氏に糖質の摂り方と血糖値上昇の関係について、先行研究や石松研究室での研究結果をもとにデータを示しながら、わかりやすくお話しいただいた。最近「野菜（副菜）、主菜、主食の順で食べるのがよい」とよく耳にするが、血糖値が緩やかに上昇することや食後2～3時間時点での血糖の値から見ると「三角食べ」のほうが望ましいのではないかと報告があること、高血糖の患者であっても睡眠時に低血糖を起こしていることがあり注意が必要であるという研究報告もあり、多くの情報が氾濫している中で正しい情報を得ることの大切さと、日々の食事の摂り方についてもう一度見直す必要性を感じた。

パネルディスカッションでは、「食がつなぐ、佐賀の魅力」のテーマで嬉野市商工会事務局の白濱氏、佐賀県有明海漁業協同組合の江頭氏、佐賀市立北川副小学校栄養教諭の百武氏から、農業生産者、漁業生産者、小学校（消費者の立場として）のそれぞれの立場での食を通じた活動について紹介があった。古代米を通じた地域おこしと食育活動に取り組んでいる農業生産者の立場としての想い、佐賀の「本当に美味しい海苔」をもっと多くの人に知ってもらい食べて欲しいという熱い想い、子どもたちが本当の美味しい味を知り「繋げていく」ために、給食で多くの地場産食材を提供する、食器に陶磁器を使用するなど食育活動に取り組んでいることが報告された。行動を起こすこと、行動し続けることが佐賀の美味しい食材と佐賀の魅力を「繋げること」であるというパネリストの方々の言葉が心に残った。

食の体験交流会では、企業や大学等の食育に関する展示ブース、西九州大学健康栄養学部の安田氏による食味検査（甘味、塩味、酸味、苦味、旨味を識別するテスト）と3種類の海苔の食べ比べが実施された。展示ブースでは黒米、赤米、緑米、混合米の4種の試食、企業の新商品や大学で商品開発した商品の紹介（試飲）や販売などがあり、参加者同士で活発に情報交換が行われ、よい交流の機会となった。



**栄養士や学校職員  
食育の知識深める**  
推進交流会に100人

**佐賀市** 県内の食育活動を共有する食育推進交流会（佐賀県、西九州大共催）が13日、佐賀市の佐賀メディアカルセンタールビルで開かれた。栄養士、学校職員など約100人が講話を通して食育への知識を深めた。

県有明海漁協の江頭忠則

専務理事「写真Ⅱは「子どもの味覚形成は生後7カ月ごろから始まる」と紹介。その上で「子どもには本物の食事を提供してほしい」と佐賀のりの普及を呼び掛けた。

佐賀市の北川副小の百武裕美栄養教諭は学校の取り組みを報告。農家による講話、郷土料理を味わう体験会を例に上げ、「子どもにはたくさんさんの食体験をさせて、佐賀の魅力を伝えるべき」と話した。

嬉野市商工会の白濱幸広事務局長も「価格だけで食品を判断せず、生産者の思いや苦労をもっと知る必要がある」と持論を語った。

幼稚園の栄養士を務める中野綾香さん「伊万里市Ⅱは「味覚の形成は思っていたより早い。幼い子どもを扱う仕事なので責任感を感じた」と話した。

（井上耕太郎）



佐賀新聞社

佐賀新聞 平成31年2月19日

## 2. 活動報告②（学生食育ボランティアあすなろ隊派遣活動）

### 1) 小城普茶料理食事会～春

活動内容：伝統料理普及活動の支援（調理・盛り付け・配膳・接待・後片付け）

活動日時：平成30年4月22日（日） 9時～16時

場 所：小城公民館晴田支館（小城市）

対 象 者：食事会にお越しのお客（約60名）

活動者数：あすなろ隊3名

依 頼 元：祥光山星巖寺伝承「普茶料理おぎ春香会」



#### 《あすなろ隊の感想》

- ・初対面のお客様の対応に緊張したり、料理の詳しい説明ができず戸惑ったりしたが、勉強になることが多く、とてもいい経験ができた。
- ・例年よりお客様が増えていたが、料理の説明や配膳もスムーズにでき、お客様の喜ぶ顔をたくさん見ることができた。
- ・初めて見る料理もあり、自分も楽しみながら活動することができた。

### 2) 神崎市子どもまつり

活動内容：食育体験コーナーでの支援

（食育輪投げ、野菜クイズ、魚釣りゲーム、触ってみよう）

活動日時：平成30年6月24日（日） 9時～15時

場 所：神埼中央公園体育館1階多目的室（神崎市）

対 象 者：来場者（625名）

活動者数：あすなろ隊2名、あすなろう体験7名、教職員3名

依 頼 元：神崎市子どもまつり実行委員会

#### 《あすなろ隊の感想》

- ・小学校でも食育が進められていることもあり、当時の自分より知識のある子どももいて感心した。
- ・どのくらいの年齢の子どもが、野菜や食品についてどの程度知っているのか、おおよそを知ることができておもしろかった。
- ・小学生と触れ合う機会が少ないので、目線の位置や触れ合い方を考えながら行動するよう心がけた。



### 3) 第4回グラスホパー全国ジュニアテニス in 佐賀

活動内容：栄養相談のサポート（合宿中の睡眠や食事等について簡単なヒアリングなど）

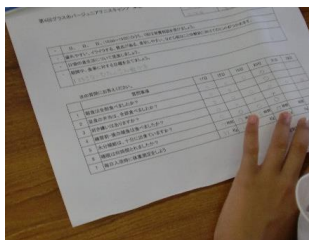
活動日時：平成30年8月18日（土）～21日（火） 10時～15時

場 所：グラスコート佐賀テニスクラブ（佐賀市）

対 象 者：小学5-6年生の各県選抜選手（約130名）

活動者数：あすなろ隊3名、健康栄養学科3-4年生4名

依 頼 元：「夢はウィンブルドンへ」実行委員会



#### 《あすなろ隊の感想》

- ・指導を通して、嫌いなものも食べるようになってくれた時、とても嬉しかった。
- ・自分が説明したことを理解してくれたと感じた時は嬉しかった。
- ・限られた時間内に多くの選手に、効率よく栄養指導をすることは難しかった。
- ・参加している選手は、栄養に関しても意識が高く、レベルの高さを感じた。
- ・積極的な子が多く、活動を楽しむことができた。

### 4) 元気いっぱい！さが子育て応援フェスタ

活動内容：食育体験コーナーでの支援

（野菜クイズ、触ってみよう、魚つりゲーム、朝ごはん食べよう）

活動日時：平成30年9月9日（日） 10時～16時

場 所：佐賀市立諸富文化体育館（ハートフル）

対 象 者：全体の来場者（約5,400名）

活動者数：あすなろ隊1名、あすなろう体験11名、教職員2名

依 頼 元：(株)サガテレビ

#### 《あすなろ隊の感想》

- ・質問された内容だけではなく、それ以上に答えられるように、今後学んでいきたい。
- ・何度も来てくれたり、「ゴーヤ食べれる!」、「給食に出る!」と言ってくれたり、「食」に興味を持っている子がたくさんいて嬉しかった。
- ・幼くて、まだ上手に話ができない子ども相手に、どのように説明すればいいのか迷った。
- ・子どもたちが楽しそうにしてくれたので、疲れも吹き飛んだ。



## 5) 小城普茶料理食事会～秋

活動内容：伝統料理普及活動の支援（調理・盛り付け・配膳・接待・後片付け）

活動日時：平成30年11月18日（日）9時～16時

場 所：小城公民館晴田支館（小城市）

対 象 者：食事会にお越しのお客（約60名）

活動者数：あすなろ隊1名、あすなろう体験2名

依 頼 元：祥光山星巖寺伝承「普茶料理おぎ春香会」



### 《あすなろ隊の感想》

- ・指示されてから動くのではなく、積極的に手伝うことができればよかった、と反省する点もあったが、普段できない体験が数多くでき、また、食べてもらう人のことを考えて調理する楽しさも学ぶことができ、とても良い機会だった。
- ・調理から配膳まですべて行い、お客様を思いながら活動することが大切だと思った。
- ・春香会のみなさんにやさしく丁寧に教えていただき、楽しく学ぶことができた。次回も参加してみたい。

## 6) ほっとひろば西九大 クリスマス会

活動内容：クッキングコーナーでの支援

（クリスマスケーキのデコレーション）

活動日時：平成30年12月22日（土） 10時半～12時半

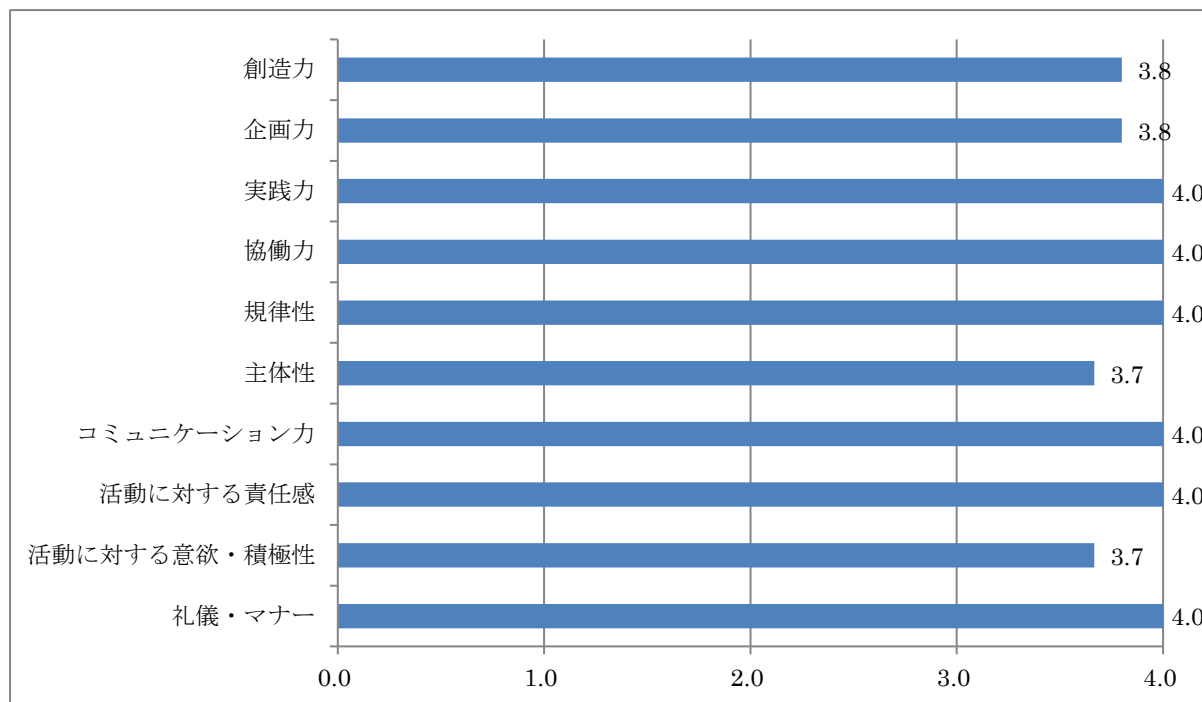
場 所：西九州大学佐賀キャンパス（佐賀市）

対 象 者：4組13名（大人4名、子ども9名）

活動者数：あすなろ隊1名、あすなろう体験2名、教職員1名



◇◆◇ 学生食育ボランティアあすなろ隊派遣に関する派遣先からの評価 ◇◆◇



(評価方法)

対象：平成 30 年度学生食育ボランティアあすなろ隊派遣先 3 団体

方法：④十分に備えている ③ある程度備えている ②あまり備えていない ①全く備えていない

学生食育ボランティアあすなろ隊派遣先からのコメント

- ・複数回、特に 5 回目と参加していただき、本当にうれしく思っています。次回もまた来たいと言ってくれるので、次回のことをいろいろと考えています。
- ・小学 4 年生～6 年生の男女 134 名が対象でしたが、食事中にも子どもたちに積極的に声をかけて指導してくれました。子どもたちが話しやすい雰囲気を作ってください、非常によくしていただきました。来年もお願いしたいと思っています。
- ・1 年生で慣れない仕事で大変だったと思いますが、しっかりと頑張ってくださいました。来年度もぜひ参加をお待ちしております。

### 3. 活動報告③ (学園祭)

活動内容：食育体験コーナー

(非常食・備蓄食材の展示、食育すごろく、魚釣りゲーム、匂ってみよう、  
触ってみよう、食育てんびん「はかるくん」)

活動日時：平成 30 年 10 月 27 日 (土)・28 日 (日) 9 時～16 時 00 分

場 所：西九州大学神埼キャンパス コミュニティホール

対 象 者：27 日約 50 名 28 日約 40 名 (食育体験コーナー来場者)

活動者数：27 日あすなろ隊学生 10 名、教職員 5 名

28 日あすなろ隊学生 6 名、教職員 6 名

#### ◆非常食・備蓄食材の展示



#### ◆非常食の実演・試食



#### ◆活動風景



#### 《あすなろ隊の感想》

- ・積極的に遊ぶ子どもが多くて関わりやすかった。防災食の実演を間近で見て学ぶことができた。
- ・ボランティアとして学園祭に参加して、いろいろな角度から学園祭を楽しむことができた。
- ・非常食についての知識を深めることができた。
- ・お客さんに接して説明しながら、自分も学ぶことができた。
- ・ポリ袋で炊いたご飯も茶碗蒸しも、どちらもおいしかった。
- ・子どもたちとたくさん触れ合えたので楽しかった。

#### 4. 活動報告④ 健康支援センターでの食育活動

##### 1) 「食まなび塾」

目的 本学学生の地域でのボランティア活動により、児童に食育で育みたい力（マナー、料理のスキル、食文化など）を楽しく、身につけさせることを目的とする。

実施主体 西九州大学食育サポートセンター

開催日時 1回目：平成30年8月20日（月）10時～13時  
2回目：平成30年8月22日（水）10時～12時半  
3回目：平成30年8月23日（木）10時～12時半

開催場所 健康支援センター すこやかキッチンスタジオ（佐賀市）

対象者数 小学校5・6年生 1回目：13名 2回目：11名 3回目：9名

内容 1回目：水と油はなぜ混ざるのか？  
(調理実習) 手作りマヨネーズの照り焼き鶏マヨ丼・メレンゲ菓子  
2回目：手洗いの仕方（グリッターバッグを用いて）・咀嚼力チェック  
(調理実習) 手作りみそ汁とおにぎり（有明海産海苔と味わう）  
3回目：旨味について・だし取り体験  
(調理実習) 出汁から取った手作り麺つゆで食べる素麺

活動者数 あすなろ隊 1回目：3名 2回目：3名 3回目：5名  
教職員 1回目：4名 2回目：5名 3回目：4名

##### 《参加してくれた小学生の感想》

- ・「食まなび塾」に3回参加して、切り方やゆで方など、知らなかったことを知ることができた。
- ・丁寧に手を洗っているつもりでも、よごれがたくさん残っていることがわかった。
- ・家で「鶏マヨ丼」を作ってみると、家族がみんな喜んでくれて嬉しかった。また作ってあげたい。
- ・家ではいつも市販の麺つゆだけど、これからは家でも麺つゆを作って食べようと思った。
- ・出汁をとっている時、とてもいい香りだとおもった。
- ・作るだけでなく、先生や大学生との交流もできたとし、いろんなことも学ぶことができて楽しかった。
- ・「食まなび塾」を通して、いつも料理を作ってくれるお母さんの苦勞に気づいた。これからは少しでもお伝いをしたい。



## 評価

1回目は、調理科学を応用した手作りマヨネーズをつくり、あわせてメレンゲ菓子や、鶏肉の照り焼き丼を調理した。小学生はマヨネーズを作ることができることに感動し、おいしく食事をすることができた。2回目は、食べる際の衛生面について学習するために、グリッターバッグを使って手洗いを行った。洗ったつもりが、汚れが落ちておらず、指の間や爪もしっかり洗う必要があることを学習した。昼食では、おいしい佐賀のごはんと佐賀海苔を堪能した。3回目は五つの基本味について学び、だしのテイスティングやかつお節・昆布だしを自分たちでとってみた。また、お箸の正しい持ち方について学び、その後そうめんを作り、試食した。

小学生は1回目こそ緊張した面持ちであったが、回を重ねるごとに活発になり、学生とのコミュニケーションもはずんでいた。3回の学びや調理実習を通じて、食事の大切さや作る楽しさ等を感じ、家でも作りたい、また参加したいと言ってくれていた。ボランティア学生もはじめは小学生とのやり取りに困惑していたが、上手に話せるようになっていた。小学校高学年でも偏食の子がおり、食の教育を行う立場として、その対応について考えさせられたようだ。ボランティア学生は全員1年生で、「ボランティア」とは何をすることなのか理解できていないものも数名いた。やらされている感覚では何も学びにならないことや、あすなる隊の活動で何を学ぶのかを考えて行動してほしいと助言したところ、次の日からの表情や行動が変わっていた。

今年度は計画が急なこともあり、対象やボランティア学生の募集が大変だったこと、内容も教員企画にならざるを得なかったことが反省点としてあげられる。来年度は早めに計画をし、学生募集を行うことにより、計画の段階から学生を巻き込んでより学びのあるものにしたい。また、小学生が卒業後も参加できるように、中高生向けの企画も行いたいと考えている。

### 《あすなる隊の感想》

- ・子どもたちが理解できるように説明するのは難しかったが、楽しんでくれたようで良かった。
- ・初日に比べて3回目になると、子どもたちとも打ち解けて余裕を持って楽しく活動できた。自分の勉強不足を感じたので、もっと知識を深めて次に活かしたい。
- ・自分自身、もう少し周りを見ながら行動するべきだったと反省する点もあるが、子どもたちはどの班も楽しく活動できていたように思う。



## 2)「西九大の日」

目 的	「明治維新150年×西九州大学50周年企画」として、カレーライスを題材に『明治の食文化』について紹介し、食文化への興味関心を喚起する。
実施主体	西九州大学食育サポートセンター
開催日時	平成30年12月8日(土)10時~12時
開催場所	すこやかキッチンスタジオ (佐賀メディカルセンタービル1階健康支援センター内)
対象者数	高校生8名、一般5名
内 容	明治時代のカレーなど数種のカレーの調理および試食、講話
活動者数	あすなる隊6名 教職員7名

### 《あすなる隊の感想》

- ・作業分担がうまくできたので、効率よく準備ができた。学科の友達、高校生、地域の方々など、いろんな人と楽しい時間を過ごすことができた。
- ・片付けばかりしてしまい、高校生とあまり会話を楽しむことができなかった。次回は、周りとのコミュニケーションを図りながら活動したい。
- ・初めて活動に参加したが、高校生はじめ一般の方と一緒に調理する貴重な体験ができた。
- ・明治時代のカレーは、スープに近くおいしかった。

### 評価

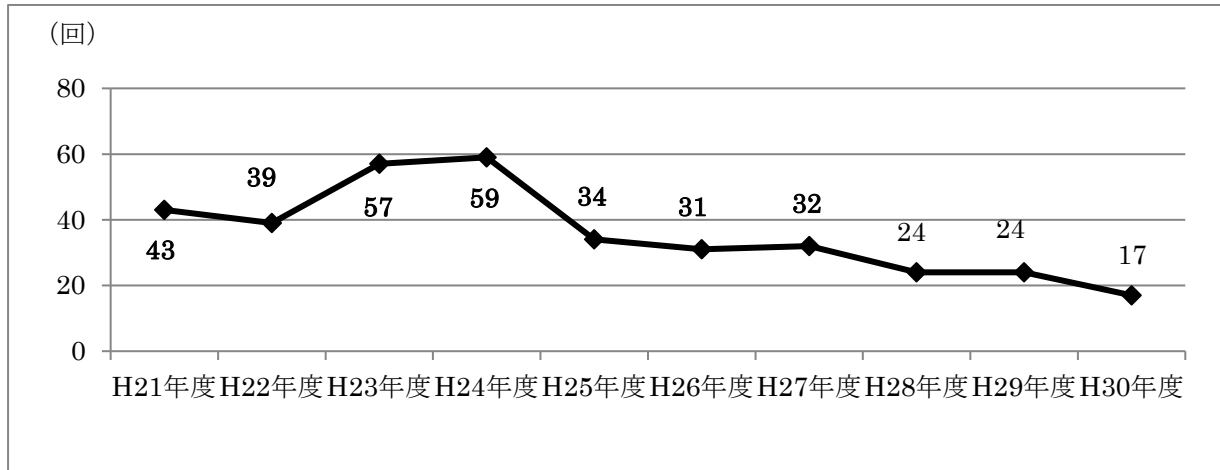
明治時代に出版された「西洋料理指南」をもとに明治時代のカレーを再現し、あわせて明治時代の西洋料理についての講話も行い、150年前の西洋料理に思いを馳せた。

同時にネパール風チキンカレーや一般的な市販のルーを用いたカレー等を調理し、食べ比べることで、世界の食文化の多様さへの理解を深め、カレーが日本の国民食となった経緯にも思いを巡らせた。また、あすなる隊と高校生と一緒に調理することで、高校生の大学への興味を喚起できた。



## 5. 教材の貸出状況

### ◆教材貸出回数の年次推移（平成 21 年度～平成 30 年度）



#### ① 食育 SAT システム（貸出回数 7 回）

貸出先	利用目的	貸出回数
佐賀県唐津保健福祉事務所	食育授業で使用（唐津商業高校）	1 回
やよいがおか鹿毛病院	お仕事探検隊内での食事指導のため	1 回
耳納高原病院	健康と食の祭典における栄養相談	1 回
社会医療法人弘恵会 ヨコクラ病院	みやま健康・福祉フェスタにて使用	1 回
神崎市役所健康増進課	ヘルスマイト養成教室で使用	1 回
佐賀県立金立特別支援学校	食育授業で使用	1 回
佐賀県立九千部学園	栄養指導で使用	1 回

（貸出風景）

#### ◆ヨコクラ病院 みやま健康福祉フェスタ



#### ② フードモデル（貸出回数 2 回）

貸出先	利用目的	貸出回数
佐賀市立北川副小学校	食育授業で使用	1 回
佐賀県立金立特別支援学校	食育授業で使用	1 回

③ 食育天びん “はかるくん” (貸出回数 4 回)

貸 出 先	利 用 目 的	貸出回数
久留米市保健所健康増進課	学園祭で使用	1 回
やよいがおか鹿毛病院	お仕事探検隊で使用	1 回
佐賀市立北川副小学校	食育授業で使用 (カードのみ)	1 回
社会医療法人弘恵会 ヨコクラ病院	みやま健康・福祉フェスタにて使用	1 回

(貸出風景)

- ◆ 久留米市保健所 健康推進課  
久留米大学あのか祭  
食と健康体験コーナー



④ その他の教材 (貸出回数 4 回)

貸出教材名	貸出先	利用目的	貸出回数
グリッターバグ (2 回)	神崎市役所健康増進課	ヘルスマイトステップアップ教室	1 回
	神崎市役所健康増進課	ヘルスマイトステップアップ教室	1 回
消化器について 知ろう	神崎市役所福祉課	保育園での栄養指導	1 回
食育すごろく	ESRD サークル	遊びフェスタ	1 回

(貸出風景) 教材：グリッターバグ

- ◆ 神崎市役所健康増進課 ヘルスマイトステップアップ教室



## ◎貸出先からの感想（原文まま）

### 食育 SAT システム

- ・音と☆でバランスの善し悪しがわかるため、楽しくわかりやすいという感想をいただきました。
- ・食事内容について、講話だけではなかなか理解しづらかったが、SAT システムを使用した体験型にしたことで、食事のバランスや内容等について理解を深めることができたように思われる。
- ・参加された方々は自分の選んだ食事の栄養評価を見て、普段どんな栄養が足りていないのか、また摂りすぎているのか知ることができたようで「参考になった」、「足りてない食品も今後は気をつけて取り入れてみる」など良い意見が多かった。今回、SAT システムの利用により、多くの方々に楽しみながら食事に関して学んで頂ける良い機会となった。
- ・選んだ料理の評価が出るため、何回も熱心に取り組んでくれました。楽しく学習できた様子が見受けられました。

### 食育天びん“はかるくん”

- ・食事のエネルギーとそれを消費するために必要な運動量を目で見確認できるので、子どもから大人までゲーム感覚で楽しんで参加されていました。何気に食べているおやつやジュースと運動のバランスを見て、「こんなに運動しないといかんとね！」と驚きの様子が見られ、よい啓発の機会になったと感じた。

### グリッターバグ

- ・きれいに洗ったつもりでも洗えていないことに気づかされていました。どの個所が洗い残されているのか確認するとともに、普段の手洗いについて見直すよい機会となったようでした。体験型教材で、わかりやすく手洗いについて学ぶことができました。
- ・手洗いトレーニングを行うことで、普段の洗い方では落としきれない箇所を把握することができた。今後、調理実習等行う際には活用していきたい。

### フードモデル

- ・児童はフードモデルで確認したり、実際に触ったりすることで、おやつはお菓子だけではなく、果物や乳製品、種実類などを摂ろうとする意欲が高まった。
- ・フードモデルを使用したことでわかりやすくなり、バランスをよく考えて選ぶことができていた。

### 消化器について知ろう

- ・うんちの話は子ども達が大好きで、興味をもって聞いていました。食事とうんちの関係性や、良いうんちをする為にはバランスの良い食事が大切なことがわかった様子でした。媒体を使っての指導で、子ども達はきちんと話を聞くことが出来、食べ物が体の中を通ってうんちになる仕組みに興味を持ってきていました。実際の腸の長さのフェルトの媒体を触って驚いていました。どんな食事をすればどんなうんちになるのか理解することができていました。