

# わたしから始まる高知の食育

～毎月 19 日は「食育の日」～



## 「食」と「命」のつながいを学ぶ

### 魚食体験

高知市の御置瀬地域で獲れる代表的な魚である沖ウルメを素材として、子どもたちに魚を「見る・触れる・食べる」機会を提供することで魚を身近に感じ興味をもってもらい、家庭での魚食普及を図るため、御置瀬ふれあいセンター等で、小学生の親子を対象に「沖ウルメ料理教室」を開催しました。



地元の方の協力のもと、沖ウルメについて学んだり、地元で獲れた沖ウルメを使って、フライ、煮食、なべなど親子で楽しく調理し、みんなで食べる体験活動をしました。参加者からは「美味しい料理を知ることができた」「家庭でも魚料理の頻度を増やしたい」等の感想を聞くことができました。

このように、「食材を知る」「みんなで食べる」ことにより、地元の水産物に興味を持ち、地元でとれる豊かなめぐみや生産者への感謝の気持ちを育みます。



### 酪農体験

農林水産課では、毎年市内の小学生を対象に、酪農教育ファームに認定されている円行寺の岡崎牧場で、農業体験学習の支援を行っています。牧場主さんからは、牛の体のしくみや、畜産物を単なる食品とみるのではなくその奥にある命のつながりについてお話いただきました。お話の後、親牛への餌やりや子牛への哺乳、心音聴診やブラッシングを通して実際に牛と触れあい、「食」と「命」の大切さを学びました。こうしてつながる食育をこれからも応援します。

