




## 【様式2】

# 食育月間以外の月の取組 (6月を除いた4月～12月までの実績)

|                    |  |
|--------------------|--|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 鹿児島県   |
| 取組市町村名             | 鹿児島市   |
| 取組の名称              | 学級活動における食育指導   |
| 実施時期               | 12月18日   |
| 取組内容               | <p>〈実践例〉桜島中学校</p> <p>1年生と2年生を対象に、「未来の自分のために生活を見直そう」という題材で1年生では担任と栄養教諭が、2年生では担任と養護教諭がTTによる授業を行いました。成長期である中学生の時期に大切な、「適度な運動・十分な睡眠・栄養バランスの良い食事」をすることが大切であることを知り、これからの自分の生活をよりよいものとしようという態度を養うことを目的としました。</p> <p>この日は、保護者の授業参観の日でもあったので、保護者にも参加してもらいました。事前に行った食生活のアンケート結果を見ながら、自分たちの食生活で気付いたことを発表する中で問題点を発見し、担任と栄養教諭、養護教諭から運動・休養・食事の大切さについて説明を受けた後、それぞれが改善点を考えました。</p> <p>「お菓子の食べ過ぎに注意する」、「よくかんで食べる」、「バランスの良い朝食を食べる」などの改善点が発表され、食生活への意識が高まったようでした。また、保護者も参加し、発表を聞いていたので、家庭での食育につながったのではないかと思います。</p> |
|                    |    |

【様式2】

食育月間以外の月の取組  
(6月を除いた4月～12月までの実績)

|                    |  |
|--------------------|--|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 鹿児島県   |
| 取組市町村名             | 鹿児島市   |
| 取組の名称              | 生涯学習プラザ講座「シニアのためのヘルシークッキング講座(夏編)」  |
| 実施時期               | 7月1日・7月8日  |
| 取組内容               | <p>高齢者を対象に、栄養バランスのとれた食生活を楽しむことができるよう、和食を中心とした簡単な家庭料理について学習しました。</p> <p>7月 1日(土) 10:00～13:00<br/>         テーマ 一汁三菜で献立を作ろう<br/>         ・魚のみぞれ煮                      ・夏野菜のみそ汁<br/>         ・スパサラ                              ・わかめときゅうりの酢の物<br/>         参加者 12人</p> <p>7月 8日(土) 10:00～13:00<br/>         テーマ 家族みんなが喜ぶ簡単おいしい料理を作ろう<br/>         ・ふわふわ豆腐バーグ              ・かきたま汁<br/>         ・トマトのピリ辛和え                ・とうもろこしご飯<br/>         参加者 12人</p> |

## 【様式2】

## 食育月間以外の月の取組 (6月を除いた4月～12月までの実績)

|                    |   |
|--------------------|---|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 鹿児島県  |
| 取組市町村名             | 鹿児島市  |
| 取組の名称              | 生涯学習プラザ講座「午後のかごしま茶 ～お茶でエンジョイライフ～」   |
| 実施時期               | 10月4日・11日・18日・25日・11月1日・8日  |
| 取組内容               | <p>かごしま茶について、効用やおいしい入れ方など実技を交えながら学び、日常生活における生かし方について学習しました。</p> <p>10月 4日(水) 14:00～16:00<br/>       テーマ 美味しいお茶の淹れ方<br/>       参加者 14人</p> <p>10月11日(水) 14:00～16:00<br/>       テーマ 茶種 ～日本茶の種類を愉しむ～<br/>       参加者 14人</p> <p>10月18日(水) 14:00～16:00<br/>       テーマ お茶の効能・効果 TPO<br/>       参加者 14人</p> <p>10月25日(水) 14:00～16:00<br/>       テーマ かごしま品種茶の世界<br/>       参加者 13人</p> <p>11月 1日(水) 14:00～16:00<br/>       テーマ いろいろなお茶の淹れ方<br/>       参加者 16人</p> <p>11月 8日(水) 14:00～16:00<br/>       テーマ お茶の活用法(お茶染め体験)<br/>       参加者 13人</p> |

## 【様式2】

## 食育月間以外の月の取組 (6月を除いた4月～12月までの実績)

|                    |  |
|--------------------|--|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 鹿児島県   |
| 取組市町村名             | 鹿児島市   |
| 取組の名称              | 生涯学習プラザ講座「シニアのためのヘルシークッキング講座(秋編)」  |
| 実施時期               | 11月11日・18日   |
| 取組内容               | <p>高齢者を対象に、栄養バランスのとれた食生活を楽しむことができるよう、和食と中心とした簡単な家庭料理を学びました。</p> <p>11月11日(土) 10:00～13:00<br/>         テーマ 和食材をアレンジしてみよう<br/>         ・れんこんバーグ      ・かぼちゃの飛鳥みそ汁<br/>         ・黒豆ごはん          ・きのこのマリネ<br/>         参加者 12人</p> <p>11月18日(土) 10:00～13:00<br/>         テーマ カフェスタイルでランチをしよう<br/>         ・鮭のチーズムニエル      ・強化米入りごはん<br/>         ・小松菜のアーモンド和え      ・にんじんしりしり<br/>         参加者 12人</p> |

【様式2】

食育月間以外の月の取組  
(6月を除いた4月～12月までの実績)

|                    |  |
|--------------------|--|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 鹿児島県   |
| 取組市町村名             | 鹿児島市   |
| 取組の名称              | 公民館講座「男の料理教室Ⅱ」の実施  |
| 実施時期               | 全4回(10月10日・24日、11月14日・28日)実施   |
| 取組内容               | <p>中央公民館後期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」9月号などで募集し、料理を実習形式で学びました。</p> <p>対象者：鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人男性(定員25名)<br/>         場所：鹿児島市中央公民館 調理室<br/>         趣旨：料理の基本と栄養のあり方を学び、身近な材料を使って実習します。</p> <p>実施日及び内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・平成29年10月10日(火)10:00～12:30<br/>             参加者 13人<br/>             献立 鮭の包み焼き 野菜の煮物</li> <li>・平成29年10月24日(火)10:00～12:30<br/>             参加者 10人<br/>             献立 鶏の唐揚げ さつま汁</li> <li>・平成29年11月14日(火)10:00～12:30<br/>             参加者 12人<br/>             献立 スパゲティナポリタン エビと野菜のマリネ</li> <li>・平成29年11月28日(火)10:00～12:30<br/>             参加者 13人<br/>             献立 ホタテご飯 つくね3種</li> </ul> |

【様式2】

食育月間以外の月の取組  
(6月を除いた4月～12月までの実績)

|                    |  |
|--------------------|--|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 鹿児島県   |
| 取組市町村名             | 鹿児島市   |
| 取組の名称              | 公民館講座「親子わくわくクッキングⅠ・Ⅱ」の実施   |
| 実施時期               | Ⅰ：7月27日 Ⅱ：8月3日   |
| 取組内容               | <p>中央公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集し、夏休みに、子どもに人気のメニューを、親子で実習しました。</p> <p>対象者：各講座とも、小学生とその保護者(定員10組 20名)<br/>         場所：鹿児島市中央公民館 調理室<br/>         趣旨：親子で楽しく実習しながら、望ましい食習慣や作法を学びます。</p> <p>実施日及び内容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親子わくわくクッキングⅠ～うちごはんづくり～<br/>             平成29年 7月27日(木)9:30～12:30<br/>             参加者 16人<br/>             献立 スパゲティナポリタン ロールトンカツ<br/>             デザート</li> <li>・親子わくわくクッキングⅡ～スイーツづくり～<br/>             平成29年 8月3日(木)9:30～12:30<br/>             参加者 31人<br/>             献立 シフォンケーキ パイナップルゼリー</li> </ul> |

## 【様式2】

食育月間以外の月の取組  
(6月を除いた4月～12月までの実績)

|                    |   |
|--------------------|---|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 鹿児島県  |
| 取組市町村名             | 鹿児島市  |
| 取組の名称              | 公民館講座「食卓を彩る家庭料理」の実施   |
| 実施時期               | 5月(11日、18日、25日)   |
| 取組内容               | <p>鴨池公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」4月号などで募集し、身近で旬の素材を使った調理実習を行いました。</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・対象者：鹿児島市内に居住または勤務する一般成人(定員20人)</li><li>・場所：鹿児島市鴨池公民館 調理室</li><li>・趣旨：料理の基本を学び、身近な素材や季節感あふれる旬の素材を使った家庭料理の楽しさを味わいました。</li></ul> <p>・実施日、参加者数、献立</p> <p>平成29年5月11日(木)<br/>参加者 19人<br/>献立 黒米サラダ、コブサラダ、ガスパチョスープ</p> <p>平成29年5月18日(木)<br/>参加者 16人<br/>献立 8種の具材入り煮物、薩摩ぼうろ、がねの天ぷら</p> <p>平成29年5月25日(木)<br/>参加者 17人<br/>献立 煮卵、鶏肉のレモンマリネ、鶏つくね辛子焼き漬け<br/>小大豆もやし簡単ナムル、三色漬け、アジの黒酢煮</p> |



【様式2】

食育月間以外の月の取組  
(6月を除いた4月～12月までの実績)

|                    |  |
|--------------------|--|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 鹿児島県   |
| 取組市町村名             | 鹿児島市   |
| 取組の名称              | 公民館講座「こだわりのパスタ料理」の実施   |
| 実施時期               | 5月18日、7月13日  |
| 取組内容               | <p>城西公民館前期講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」などで募集し、18人が受講しました。</p> <p>対象者：鹿児島市内に居住又は勤務する一般成人(定員20名)<br/>         場所：鹿児島市城西公民館 調理室<br/>         趣旨：いろいろなパスタ料理を学びながら、自分なりのこだわりパスタを作る。</p> <p>実施日及び内容：全5回(5月1回、6月3回、7月1回)実施</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・平成29年5月18日(木)<br/>             参加者 16人<br/>             献立 トマト系のスパゲティ</li> <li>・平成29年7月13日(木)<br/>             参加者 17人<br/>             献立 ピッツァ2種類</li> </ul> |

## 【様式2】

## 食育月間以外の月の取組 (6月を除いた4月～12月までの実績)

|                    |   |
|--------------------|---|
| 提出都道府県名<br>政令指定都市名 | 鹿児島県  |
| 取組市町村名             | 鹿児島市  |
| 取組の名称              | 公民館講座「男性料理入門」   |
| 実施時期               | 5月18日、6月1日、6月15日、6月29日、7月13日  |
| 取組内容               | <p>谷山市民会館講座として、鹿児島市の広報誌「市民のひろば」及び「公民館だより」などで募集し、「男性料理入門」を実施しました。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 対象者は、一般成人男性です。(定員25人)</li> <li>○ 料理の基本を学び、手軽でおいしい料理を作ります。</li> </ul> <p>[実施日及び内容] 全5回</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 5月18日(木)10:00～12:00 参加者:22人<br/>献立:きのこ春雨のうま煮、ピーマンのサラダ、みそ汁</li> <li>② 6月1日(木)10:00～12:00 参加者:22人<br/>献立:ちくわの豚バラ巻き、ほうれん草とにんじんのナムル<br/>中華風コーンスープ、卵チャーハン</li> <li>③ 6月15日(木)10:00～12:00 参加者:22人<br/>献立:いかと里芋の煮つけ、そうめんチャンプルー<br/>小松菜と油揚げとしめじのみそ汁、きゅうりの辛味漬け</li> <li>④ 6月29日(木)10:00～12:00 参加者:21人<br/>献立:さば缶の炊き込みご飯、ゴーヤとツナの春雨サラダ<br/>小松菜みそバター炒め、かきたま汁、うどんぎょうざ</li> <li>⑤ 7月13日(木)10:00～12:00 参加者:21人<br/>献立:豚肉のレンジ蒸し、茄子の中華漬け<br/>山芋のお好み焼き、とうもろこしご飯</li> </ol> |