



姫路地域活動栄養士会

姫路地域活動栄養士会食育グループ “キャロッピー”

- ◎ 活動方針：積極的な健康づくりに貢献するため、乳幼児から高齢者までの食育を推進し、「生き生きした食生活を営む力」を育むことを目指します。
- ◎ 会員：姫路市在住、在勤の地域で活動している栄養士・管理栄養士、現在17名
- ◎ 事務局：姫路市保健所
- ◎ キャロッピー食育講座

発足の経緯：保育園児などの朝食欠食や児童の生活習慣病が問題視され、食育の必要性を実感し、1998年、紙芝居、パノラマ絵本、フェルト食材を活用した食育教材などを1年間かけて作成、1999年幼児栄養教室「キャロッピー」として出前食育講座を開始しました。

趣旨：『楽しく見て、わいわい遊んで食育を！』をモットーに、楽しく自然に食に関心を深め、行動変容につなげるための食育を推進します。

内容：

- ✿ 原則親子対象、手作り食育教材を用いた参加型の1部と、保護者の方への講話の2部構成の講座
 - ✿ 食材を使用する体験型の料理教室『子どもも大好き野菜料理』、『かみかみ献立』、『簡単ヘルシーおやつ』など、テーマに添った親子料理教室やキッズクッキングなどを実施
 - ✿ 『旬の地産地消食材でクッキング』、『さかな料理に挑戦！』、『低栄養を防いで元気な食事作り』など、テーマが広がり、対象年齢も幼児から高齢者まで幅を広げる
 - ✿ 昨年度実績：こども園、保育園、公民館、小学校などで、56件実施
- ◎ その他の活動
- ✿ 兵庫県内の大学、管理栄養士課程の学生との交流会
 - ✿ 姫路市食育イベントへの参加

◎振り返りと今後の課題

- 講座開始22年目になり、対象年齢が広がり多様な食育活動が出来たことは有意義だったと考えます。
- 毎年継続受講依頼は嬉しいのですが、新規依頼の開拓がなかなか難しく苦慮しています。今後の課題のひとつは、新規依頼の開拓です。
- 活動のさらなる継続には、会員の増員と充実の努力が必要になってくると思います。

<別紙1>

【キャロッピー食育講座】



「にんじん、ピーマン、
きれいな色の野菜大好き！」



「朝ごはん大好き、あっくん」
和食版 くるくるパネル



「食べたものは、どうなるの？」
エプロンシアター



「食べ物元気号」



<姫路市立高岡幼稚園にて>

「『ちから』
『からだ』
『ちょうし』
みへんな食べて、元気な子」



「保護者の方への講話パンフ」

フェルト食材大集合！おべんとう遊び <姫路市立余部公民館にて>



「みんなで
おべんとうを作ろう」



<別紙1-2>

◎親子料理教室 <姫路市立安室東公民館にて>



「みんなで作るの楽しいなあ！」



「兵庫のりで、おにぎらず完成」

◎さかな料理に挑戦！ <姫路市立白浜公民館にて>



「いわしの手開き、ちょっとキモイ！でも、おもしろい！」



「パパといわしのお料理するよ」

◎簡単ヘルシーおやつ作り <姫路市立広峰公民館にて>



「ケーキのデコレーション、楽しい！」

<別紙1-3>

◎兵庫県立大学食環境栄養課程学生との交流授業

わがグループの食育教材を紹介する事により、学生の食育学習のお役に立てればと願っています。また、学生からの意見感想をいただくことで、従来の教材を若い感性で見直し、より良いものを目指していきたいと思ひます。



「『はたけのなかま』パノラマ絵本」



「♪やさいのチャチャチャ♪
音楽に合わせて、
どんどん伸びるよ、
野菜がふえる」

◎姫路市食育イベント <イオンタウンにて>



「お買い物のついでに、気になる健康や食事相談もどうぞ」