



# てくてく リポート

⑬

～リポーターが  
お伺いします～



リポーター  
さかい あゆみ  
**酒井 歩美さん**  
(21歳 矢)

仁愛大学で心理学を専攻しています。もともと子どもが好きで、食べることも大好きなので、今回「子どもと食育」というテーマを選びました。皆さんにも興味を持って読んでいただけたらうれしいです。

# 食育とらう言葉をご存じですか？



## 食育(じゅいく)とは

いろいろな経験を通じて食に関する知識や、食を選択する力を学び、健康で安全な食生活を送ることを目的とするものです。これは、単なる料理教育ではなく、食に対する心構えや栄養学、伝統的な食文化についての総合的な教育などすべてを指します。

## モデル園を例に

私は、今年の六月九日・十日に福井県で開催された第二回食育推進全国大会に行きました。その際、上庄保育園が

積極的に食育に取り組んでいること、さらに六月に市から「越前おおの食育推進モデル保育園」に認定されたということを知りました。



そこで私は、子どもたちの食育環境を知るため、上庄保育園に行き、水元清江園長、安倍典子調理師、石田弘美主任の三人にインタビューを行いました。話を聞き、同園が

食育についてどのように取り組んでいるのかを調べてきました。

—上庄保育園が食育に取り組み始めたきっかけは、どのようなものでしたか？

園では二十年以上前から食を大切なものと考えて、さまざまな試みをしてきましたが、本格的に食育を意識するきっかけとなったのは、子どもたちのおやつに含まれる添加物が気になったことでした。そこで、平成十四年から、季節の野菜を使った無添加の手作

りおやつに取り組み始め、牛乳もちや、ホットケーキなど、今では毎日、アイデアを凝らしたおやつを作るようになりました。特に、きなこを使ったおやつは子どもたちに大人気ですね。

—上庄保育園ならではの食育への取り組みを教えてください。

ゼロ歳から五歳児まで、年齢別に食育計画を立て、それぞれの年齢に応じた活動を行



「毎日おいしいよ!!」

っています。また、子どもの日、七夕、お月見、クリスマス、節分、ひなまつりの時期

に合わせて、バイキング給食を行っています。普段から各保育室でもバイキング形式を採用しているのですが、この年六回のバイキング給食では、季節に合わせて特別に作った十五種類以上のメニューの中から、自分で食べられる量を選んで食べています。栄養素を赤・黄・緑・白の四色に分け、各色のコーナーを設けて料理を並べ、子どもたちに栄養バランスを考えながら楽しく食べてもらえるよう呼び掛けています。

——保育園から園児の家庭に対する働きかけがあれば教えてください。

もちろん、家庭での食育も大切だと考えていますので、保育園からの働きかけによって家庭での食に対する意識の変化を起さそうと、保護者や祖父母を対象に食育事業を行っています。六月には父親対象にメンズお弁当作り、九月には母親対象に飾り巻き寿司作りを実施しました。十月に

は、祖父母参観を兼ねて園児がおじいちゃんおばあちゃんと一緒に「ラポーゼ・かわだ」に出かけて、パン作り体験する予定です。



コロッケ作りにも挑戦

えば残食が減りました。子どもたち自身が、食べると何に効くのか考えながら自分の体のためにバランスよく食べるようになりました。

——どうもありがとうございます。

### インタビューを終えて

近年、朝食を食べない子どもたちが多いと聞きました。私自身、朝食を抜いたことは何度もありましたが、そんな時は集中力が途切れやすくなります。これではいけないと思います。食育に興味を持つようになりまして。

今回取材してみても、上庄保育園が子どもたちへの食育にこれほど力を注いでいることを知って驚きました。そして、こうした教育現場を実際に目にして、あらためて食育の重要性を実感しました。

体にいいものをバランスよく食べることが本当に大切なのだと思います。今から始められる食育、皆さんも取り組み始めてはいかがでしょうか。



### メンズお弁当作り講習会に参加して (三浦健也さん・写真左)

男性として食育に取り組めることはないか?と問い、講習会に参加しました。実際、料理を試みましたが、揚げ物料理などは難しいですね。こうして自分自身が料理をすることで、女性の大変さを実感できたように思います。自分の作ったものを子どもと一緒に食べ、子どもの喜ぶ顔を見ることができるのは、本当にうれしいものです。

——食事に心掛けていることはありますか?

食器に関し、ゼロ歳から三歳児までは小さな手にも取りやすく、食べる意欲のわくメラミン製の食器を、四歳から五歳児は陶器に触れて、重さを感じてもらうために本物の陶器を使っていきます。使い始めたころは毎日のように割つて

——子どもたちに変化はありましたか。

家庭でお手伝いをするようになったと保護者から聞きました。また、食に対する意欲がわいたように思います。例



# 市民のページ

## 市内唯一のジャズバンド

オリオ・ファンバースは、市内で唯一ジャズ演奏を専ら活動するグループです。門に活動するグループです。グループ名は当初三人で活動



平蔵ジャズナイト (7月22日 平成大野屋平蔵)

していたことから「大野のトリオ」を縮めたオリオに、後に加わったメンバーの呼び名「ファンバさん」とその仲間を示すファンバースを組み合わせて作ったそうです。

現在、三十代から五十代のメンバー六人が週一回、自分たちのスタジオで練習を行っています。ベースの渋谷修一さんは「なかなか練習できる場所が見つからなかったので自宅の倉庫に部屋を一つ作りました」。テナーサクソの柴山佳樹さんは「みんなが自由に言い合える雰囲気の中で練習していますよ」と話してくれました。

昨年十二月の初開催に引き続き、七月二十二日に開催した「平蔵JAZZ NIGHT」。木のぬくもりが感じられる平蔵で、定番曲やメンバーお勧めの曲など十曲を演奏し、ジャズの音色を響かせました。「その時の気分とお客

さんの反応で演奏を変化させるのがジャズです。同じ曲を同じように二度は演奏できません。会場の平蔵はアットホームな感じがいいところですよ」とドラム担当の石田和裕さん。アルトサクソスの大久保和代さんは「普段やっている吹奏楽に比べ、お客さんに近すぎると感じる距離で演奏するのが緊張します。ジャズは演奏しながら、観客の人たちと一体となれるところがいいですね」。

幼少期からエレクトーンに取り組み、高校生の時にはジャズの曲も演奏していた村山有希子さんは「演歌やポップスと異なる外国独特のリズムに合わせる点と、楽器同士が会話しているようにみんなで演奏することに気をつけています」。小椋賢次さんは「自分が担当するトロンボーンは、吹奏楽では伴奏の役割



ですが、ジャズでは一番大きな音を出して個性を主張することができません。ジャズは学生時代に映画などで知って聞いていましたが、実際に演奏する方が楽しいですよ」と魅力を語ってくれました。会ではこれからもジャズの良さを皆さんに伝えていきたいと活動していきます。

あなたも紙面に参加しませんか。希望する方は、情報広報課まで ☎0779・66・1111



西行 美咲さん (大野高3年)

西行さんは、“文化のインターハイ”とも呼ばれている全国高等学校総合文化祭の書道部門に、県代表の一人として参加。306点の作品の中から、県内出品者の中で唯一、特別賞を受賞しました。

——全国大会の感想は

今年の全国大会は島根県で開催され、書道部門は県立武道館が会場でした。大会では会場で書くことはありません。あらかじめ書いた作品が都道府県ごとに集められているので、さまざまな書風の作品を比較しながら鑑賞することができました。他県の人たちと一緒に表札を作る交流会があったり、作品の批



判や評価をしてくれる講評会などがあつたりと、楽しみながら勉強することができました。

——出品した作品は

作品は、「曼殊院本古今集」に書かれている文字を、色の異なる3枚の紙に臨書（まねて書くこと）しました。学校の先輩が4年連続で全国大会に出場していたので、プレッシャーを感じながら、締め切りぎりぎりまで何度も書き直しましたね。全国大会では、先輩らが受けられなかった特別賞にも選ばれ、うれしくて家族や学校の先生に連絡しました。

——書道はいつから

両親が「6歳の6月から習い始めると上達する」と言って、習字を始めたのが最初です。それ以来ずっと習っています。高校生になってからは書道部に入部し、取り組むようになりました。書道は、練習で書き続けて感覚として身につけることが大事なので、集中して取り組むようにしています。書いている途中で休むことはないですね。

——今後の目標は

大勢の人の作品を見て、いろいろな書き方があることに感動しました。参考となる材料がたくさんあつたので、今後の作品づくりに生かしていきたいと思っています。

「今後の作品づくりで生かしたい」  
全国総合文化祭・書道部門で特別賞

知っているようで知らない

「越前おおの」再発見①

「みんなの図書館」は図書館臨時休館に伴いお休みします。その代わりに、知っているようで知らない「越前おおの」の魅力シリーズで紹介していきます。  
記念すべき一回目は「日本一素材」です。

世界最古級 ティラノサウルス科の歯の恐竜化石

平成八年秋に愛知県の大倉さんが、和泉地区の上半原地籍で発見したものです。一億二千万から四千万年前の白亜紀前期の地層で見つかったことから世界最古級の貴重な化石です。和泉郷土資料館では、この歯をはじめティラノサウルスの頭部骨格レプリカなどを見ることが出来ます。

日本一の星空

環境省と(財)日本環境協会が行う「全国星空継続観察」で、平成十六年度夏期に民間天文台「大矢戸天文台」が撮影した夜空の写真の明るさが、一三・五等級で、兵庫県養父市と並び、全国で最も星空の観察に適している結果となりました。また、翌年には南六呂師の県自然保護センターの夜空撮影が全国で最も星空の観測に適していると認定され、大野の星空は、二年連続で日本一となりました。

日本最古 青葉の笛

現在「青葉の笛」として伝えられている笛は全国に八本存在しています。青葉の笛は笛を作る専用の竹である「青葉の笛竹」から名付けられたと考えられています。

和泉地区に伝わる源義平ゆかりの笛は、直径一・五程、長さ三八程、指孔五孔以下で折れており、全体の三分の二

## 「市民・行政」から情報発信

市民団体と行政が、お互いの取り組みを発表し合う「生涯学習フォーラム」が9月2日、学びの里「めいりん」で開かれました。市民団体からは「地域づくりの活動」、「若者から見た中国」、「老いづくりと在宅介護支援の活動」のテーマで発表が、行政からは「越前おおの元気プラン」と「越前おおの観光戦略プラン」の発表が行われました。(写真は、リラックスタイム時に篠笛を披露する富田篠笛クラブ)



## マップ片手に「名水」巡る

名水を活かした水先案内実行委員会による「名水探訪ツアー」が8月25日に行われました。関西・中京方面から73人が参加。市内の湧水地などが紹介されたマップを手に、名水のまちを満喫しました。



## 青色灯で防犯パトロール

大野市防犯隊のパトロール出動式が8月28日、市役所と和泉支所で行われ、9地区から隊員19人が参加しました。市役所では市長が激励した後、早速パトロール車に乗り込み巡回。今後は支隊ごとに、青色回転灯をつけたパトロール車で市街地や各地区の巡回を行っています。

## 「言葉」テーマに講演

福井県発達障害児者支援センター「スクラム福井」の福田晋介センター長を講師に、言葉に関する講演会が8月23日に開かれました。自らも自閉症の子を持つ親として得た経験を基に、子どもとの接し方や言葉のかけ方などを参加者に伝授していました。



# 話題のひろば



## “華麗なる調べ”

当市在住のヴァイオリニスト松谷由美さんを中心としたコンサートが9月2日、平成大野屋平蔵で開催されました。松谷さんの活動支援を行う「湧音・で・もでらーと」が第1回例会として企画。2本のヴァイオリンとピアノが奏でる華麗な調べに、観衆は酔いしれました。

## 白山信仰の資料展示

歴史博物館特別展「白山―越前の修験道―」が9月1日から30日にかけて開催されました。越前の歴史と文化の根源の一つとなる白山信仰に関する資料の数々に、訪れた人たちは熱心に見入っていました。



昭和の子どもたち

## 写真パネルの移動展示始まる

昭和30年代をイメージした人形を昭和の面影が残る実際の風景の中で撮影した写真パネル。8月31日まで有終会館で展示していた52点の移動展示が始まりました。大野和光園で行われた展示会には、昔を懐かしみながら見入る施設利用者の姿が見られました。市では今後、商店街や福祉施設などでパネル展示を実施していく予定です。

## いつまでもお元気で

9月17日の「敬老の日」にちなみ、白寿者13人と米寿者163人に記念品を贈呈しました。白寿を迎えた中野町の前川まるさんには、市長が「いつまでもお元気で」と声を掛け贈呈。まるさんは、不自由なく暮らしている日常の様子など、笑顔で話していました。





# 笑顔! で「いただきます」⑦

## サツマイモと大豆の揚げ煮



### 材料 (一人分)

※分量は給食の献立に基づき表示

- ・サツマイモ 35g
  - ・大豆 5g
  - ・小麦粉 1g
  - ・煮干し 3g
  - ・油 4g
  - ・水 3g
  - ・しょうゆ 3g
  - ・みりん 1g
  - ・砂糖 2g
  - ・酒 1g
- } 調味料(A)

子どもたちの健康を支えている給食献立。  
 今月は「サツマイモと大豆の揚げ煮」です。

# 給食から一品



### 作ってみよう

- 【まず】前日から水に浸しておいた大豆をもどす。サツマイモはサイコロ大に切る。煮干しは油で揚げるか、フライパンでからいりにしておく
- ①大豆とサツマイモは小麦粉をまぶして油で揚げる
  - ②なべに調味料(A)を入れて煮立たせてタレを作り、煮干しと①を入れてからめる

## 達人のワンポイントアドバイス

家庭では、缶詰の大豆を使うことで手間が省けます。大豆とサツマイモはカリッとするとまで揚げてください。小さめの煮干しを使うと、おやつ感覚でおいしく食べられます。  
 (学校調理師 高畑美子さん)



## 市民のうごき

平成19年9月1日現在

世帯数	12,280世帯 (-13世帯)
人口	38,956人 (-26人)
〈男〉	18,586人 (-20人)
〈女〉	20,370人 (-6人)

### ◆8月中の内訳

転入	60人	出生	27人
転出	81人	死亡	32人

## 編集後記



連合体育大会の会場では、各校のテントから必死に「がんばれ」と声援を送る児童の姿や、スタンドからわが子を見守る家族の姿が多く見られました。中には「ペースが速すぎるぞ」と的確な指示を出す姿も。ゴールしたある児童からは「声援で最後まで頑張れた」と感想が聞かれました。  
 まずは、8日開催の市スポレク祭に参加して、スポーツの秋を満喫してみたい(林)



先月号の防災特集記事を読んでいたか。先日、九月一日の「防災の日」に向けて、地震まであと〇秒、その時あなたは!? というテレビ番組があった▼新潟県中越沖地震の時、長野県上田市で実際に「緊急地震速報」が流れた例を紹介していた。自宅にいたご夫婦ののだが、ご主人はまず玄関へ。出口を確保したがそのまま外へ出ようか、どうしようかウロウロしている揺れがきて、その場がかがんでしまった。奥さまはまず、ガスの元栓を締めたが同じくウロウロしていると揺れがきて、テーブルにつかまっていたと言っ。笑いごとではない。我々だって同じような行動をとるだろうと想像できる。二人は今回の体験を踏まえて、速報が流れた時、どう行動するか事前の心構えをしておく必要があると話していた▼番組を見ながら家族に聞くと、やはり行動はバラバラである。わが家の安全な場所はどこのか。基本的には周囲に壁や柱が多い所、落下物や倒れやすい物がない所、出口に近いという安全ゾーンに避難することであり、外出先では出口や階段に殺到しないことだという▼まだまだ人ごとのように思っているが、災害の恐ろしさを身近に感じ、いざというとき、慌てずに行動できるよう日ごろの心構えが大切である(小林)