



夏休み わんぱく食育講座を開催



平成19年8月18日の土曜日に、豊見城中央図書館では、豊見城市や、市内の食育ボランティアが中心となった「夏休み わんぱく食育講座」が開催されました。

講座は午前10時半から正午までの1時間半で、参加者は幼稚園生から中学生までの児童生徒や保護者、栄養士を目指している大学生まで幅広く、60人余りが集まりました。夏休み期間中の勉強や、栄養士になるための勉強といった目的意識を持っての参加だったため、それぞれ有意義な夏休みのひとときを過ごしてもらうことができました。

講座の内容は、①「食事バランスガイド」のお話とビデオ放映、②みんな食べよう体操、③パワーポイントを利用した食生活指針のお話、④ペープサート(紙人形劇)によるお米のはなし、⑤お米やさんによるお米の種類いろいろやおにぎりづくり、⑥保育士によるエプロンシアター、⑦図書館長による食育書籍紹介及び図書館職員による食育コーナーの紹介などを行いました。途中、園児も参加する食に関する指遊びや歌、遊戯も交えるなど、内容盛りだくさんの講座でした。



児童生徒がたくさん参加しました

個も作っていました。日常の家庭生活において食事づくりに参加している子とあまり関心の無い子では、差異が見られました。



講師の先生方の自己紹介



によるエプロンシアター、⑦図書館長による食育書籍紹介及び図書館職員による食育コーナーの紹介などを行いました。途中、園児も参加する食に関する指遊びや歌、遊戯も交えるなど、内容盛りだくさんの講座でした。

おにぎりづくりでは、6歳のさくらちゃんが短い時間に一口三角おにぎりを2



ペープサートによるお米の話



保育士によるエプロンシアター



お米の種類紹介とおにぎりづくり

講座に参加した子どもたちからは、漢字が多いので絵やアニメ風がよかった。難しかったが食事をしっかりとることや、お米の大切さがわかった等の感想が寄せられ、保護者からは、これを機会に自らの食生活を振り返る場になればという感想が寄せられました。今回の取組は地域食育ボランティアが協力し、受講者参加型で主催者と参加者が一体となった催しができました。

講座修了後に、今後とも地味な活動ではあるが、参加者自ら食育実践を進められるよう早寝、早起き、朝ご飯キャンペーンを進めることを誓い合いました。



食に関する指遊びや歌、遊戯も楽しみました