

与那国町食育ボランティア

沖縄県
活動期間：27年

与那国町食育ボランティア活動

「15の春食育教室」 食文化の継承と食の自立を目指して

与那国島には高校がなく、中学を卒業した生徒の大半は島外へ転出せざるを得ないため、島独自の伝統的食文化の継承が大きな課題となっています。また、転出に伴い、多くの生徒が親元を離れ、家庭での食事の重要性を理解し、健康的な食生活を身につける機会が少ないことも課題です。これらの問題に対応するため、与那国町食育ボランティアでは、島内の中学3年生を対象に「15の春食育教室」を開催し、食文化や健康的な食生活について学ぶ機会を提供しています。



オリエンテーションの様子



調理実習の様子

食生活を振り返り、育む

「15の春食育教室」では、地元の食文化や健康的な食生活に関する知識を学んだ後、実際に調理実習を行い、地元の食材を使った料理を作ります。完成した料理は、保護者を招いて会食する場を設け、生徒と保護者が一緒に食事を楽しみます。この活動を通じて、生徒たちは自らの成長を感じるとともに、保護者に対する感謝の気持ちを新たに、食を通じて絆を深めることができます。また、保護者にとっては、子どもの成長を実感し、親子で共に学び合う貴重な機会となっています。



出来上がった郷土料理



食育ボランティアから中学生にお話

日本最西端の島で地域に密着した食育活動

与那国町栄養士連絡会と連携し、地元で採れる食材を活用した調理法の研究や、開発したレシピの住民向け普及活動に取り組んでいます。これらのレシピは学校給食などでも活用されています。日本最西端の与那国町で、地域に密着した食育活動を展開しています。



青パパイヤを使った
レシピの調理実習



全9品！パパイヤ御前が完成！



美味しく会食しながら
レシピの振り返り



地域のお祭りでブース出展



小さな離島での地道な活動の積み重ねが、このたび実を結び、栄えある賞を受賞できたことを大変光栄に思います。このような賞をいただき、さらなる食育活動への意欲が湧いてきました。

あらーぐ ふがらさ！（誠にありがとうございました ※与那国方言）
与那国町食育ボランティア 一同