

食育関連事業取り組み事例①

「第2次はこだてげんきな子 食育プラン
(函館市食育推進計画)」推進協議会

主体名	北海道栄養士会 函館支部
連携機関・団体	
取り組みの名称	和食について
函館市の食育推進基本目標	<p>①食で健康なからだをつくる</p> <p>②食で豊かな心を育む</p> <p>③函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る</p>
日時・内容等	<p>平成 29 年 7 月 21 日</p> <p>対象：栄養士会会員・非会員・一般</p> <p>参加人数： 30 人</p> <p>回数：1 回</p> <p>内容：「和食を見直そう」と題し、函館短期大学付設調理製菓専門学校調理師・北川陸雄先生，管理栄養士・伊藤美樹先生より講演をいただきました。日本人が毎日当たり前に食べて来たものが和食（ユネスコ無形文化遺産に平成 25 年 12 月に登録）ですからと先生は話され，和食の特徴，歴史等を分かり易く説明されました。</p> <p>日本国土は南北に長く海に囲まれているので多種多様な食材が豊富で，日本人は調味料を使わず素材の味を生かす。一汁三菜を基本とする伝統和食は健康な食生活を支える理想的な栄養バランスの食事。</p> <p>四季の食材・旬の食材・それに合う器を使った季節を感じられる食事。年中行事と関わって生まれた日本ならではの行事食。と多々特徴を再認識しました。加えて“ふろふき大根の語源”“旨み成分が発見された時代は昆布(明治)かつお節(大正)椎茸(昭和)，発見者はすべて日本人”等々。また，函館短期大学付設調理製菓専門学校の教育課程内容は興味深く聞くことができ，とても有意義な講習会となりました。</p>

※ 函館市ホームページでの公開の可否 (可 ・ 不可)