

令和 6 年度

食育の取組報告



釧路市食育推進協議会

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり
取組実施主体	釧路短期大学
取組の名称	地域連携「コア大空食堂」
実施時期	令和6年6月15日、10月19日、令和7年2月1日
取組内容	釧路短期大学の生活科学科食物栄養専攻で臨床栄養学ゼミに所属する学生が健康づくりに関するテーマとそれに沿ったメニューを考えて調理し、地域の方へ提供を行っています。 旬の食材や地元で取れるものを取り入れ、含まれる栄養素の働きなどを卓上ボードで紹介することで栄養に関する情報を発信、家庭でも作れるようにレシピも用意しています。（年3回、各回50食） 6月：<u>ぶり照り焼きのネギソースかけ</u> ⇒ 釧路で水揚げ量が増えているぶり、ソースには釧路産昆布を使用。ブリに豊富なDHA、EPAのはたらきについて紹介。 ほかに、ゆかりごはん、味噌汁、小松菜の胡麻和え、フルーツヨーグルト 10月：<u>きのこあんかけうどん</u> ⇒ 秋の味覚、旬のきのこをたっぷり使用。きのこに含まれるビタミンD、食物繊維、カリウムの栄養効果について紹介。 ほかに、もやしと胡瓜の胡麻風味和え、牛乳寒天 2月：<u>カレーライス、カブとブロッコリーの温サラダ</u> ⇒ 寒い季節の風邪予防に、カレーに入れたりサラダも温野菜にしてたっぷりとれるように工夫。 ほかに、ミニカップチョコケーキ

ブリの栄養

	ブリ	サバ
たんぱく質	18.6	17.8
脂質	13.1	12.1
EPA・DHA	3.35	2.12

上記のように、ブリの栄養は私たちに身近なサバに類似しているんです。
特に**血栓防止・抗酸化作用**のあるEPA・DHAはサバよりも豊富に入っています！



食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり			Ⅱ 子どもを育む		Ⅲ 食の理解を深める																						
取組実施主体	釧路市消費者協会 釧路市（市民生活課）																											
取組の名称	釧路市消費生活講座（道産米を使った料理教室）																											
実施時期	11月6日																											
取組内容	・北海道産米消費拡大事業の一環として実施しました。 <table><tr><td>講師</td><td colspan="6">Restaurant&Community lomante 舟崎 一馬 氏</td></tr><tr><td>参加者</td><td colspan="6">19名</td></tr><tr><td>メニュー</td><td colspan="6">チーズリゾット、米粉のニョッキ、キノコのトマトソース、 米粉のフィナンシェ</td></tr></table>  							講師	Restaurant&Community lomante 舟崎 一馬 氏						参加者	19名						メニュー	チーズリゾット、米粉のニョッキ、キノコのトマトソース、 米粉のフィナンシェ					
講師	Restaurant&Community lomante 舟崎 一馬 氏																											
参加者	19名																											
メニュー	チーズリゾット、米粉のニョッキ、キノコのトマトソース、 米粉のフィナンシェ																											

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり			Ⅱ 子どもを育む		Ⅲ 食の理解を深める																						
取組実施主体	釧路市消費者協会																											
取組の名称	牛乳・乳製品を使った料理教室																											
実施時期	11月19日																											
取組内容	・乳製品消費拡大事業の一環として実施しました。 <table><tr><td>講師</td><td colspan="6">きっさこ イペ 加藤 さゆり 氏</td></tr><tr><td>参加者</td><td colspan="6">30名</td></tr><tr><td>メニュー</td><td colspan="6">カッテージチーズ、ホエイの味噌汁、鮭の減塩ちらし寿司</td></tr></table>  							講師	きっさこ イペ 加藤 さゆり 氏						参加者	30名						メニュー	カッテージチーズ、ホエイの味噌汁、鮭の減塩ちらし寿司					
講師	きっさこ イペ 加藤 さゆり 氏																											
参加者	30名																											
メニュー	カッテージチーズ、ホエイの味噌汁、鮭の減塩ちらし寿司																											

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市消費者協会 釧路市（市民生活課・環境事業課）
取組の名称	食品ロス削減パネル展
実施時期	10月1日～10月15日 ケーズデンキ釧路本店 10月18日～10月28日 コープさっぽろ貝塚店
取組内容	・10月の「食品ロス削減月間」に合わせ、市環境事業課と連携し、市内商業施設で開催しました。 ・食品ロスの現状を知ってもらうことを目的とし、食品ロスの現状や削減の考え方、実践例などを紹介したパネルを展示しました。 ケーズデンキ釧路本店 コープさっぽろ貝塚店

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市（環境事業課）
取組の名称	食品ロス削減の普及啓発
実施時期	通年
取組内容	釧路市では、「おいしい食べきり運動ネットワーク協議会」に参加し、食品ロス削減を目的とした普及啓発活動を実施しています。市ホームページを通じて、食品ロス削減の重要性や家庭で取り組める具体的な方法を発信するほか、忘新年会シーズンには飲食店で啓発ポスターを掲示し、適量注文や食べきりを推奨しています。 「食品ロス」削減のおいしい食べきり運動 ページ番号1004157 更新日 2024年11月25日 印刷 大きな文字で印刷 日本は食材の多くを海外から依存している一方で、令和4年度には年間472万トン（農林水産省・環境省推計公表値）の食品がまだ食べられるのに捨てられています。 まだ、食べられるのに捨てられている食品のことを「食品ロス」といい、全国的にも大きな問題となっています。 このことから、福井県が事務局となり、全国の自治体等に参加を呼びかけ、平成28年10月10日に「全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会」が設立され、釧路市も参加しています。 食べ物を無駄にするのは、もったいないことです。 おいしい食べ物を適量で残さず食べきるために、出来ることは何かないか？ 身近なことから何か始めてみませんか？ ● 全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会(外部リンク) デコ活 くらしの中のエコろがけ デ 電気も省エネ 断熱住宅 コ ごだわる楽しさ エコグッズ カ 感謝の心 食べ残しゼロ ツ つながるオフィス テレワーク 年末年始の外食時&テイクアウト時は おいしく残さず 食べきろう！ ～ 外食時には ～ ① まずは、適量注文 ② 幹事さんから「おいしく食べきろう！」の声かけ ③ 開始30分、終了10分は、席を立たずにしっかり食べる「食べきりタイム！」 ④ 食べきれない料理は仲間で分け合おう ⑤ それでも食べきれなかった料理は、お店の方に確認して持ち帰りましょう ～ テイクアウト時には ～ テイクアウトでも、油断は禁物！ おいしく食べきれる量の注文を心がけましょう。 【問い合わせ先】 釧路市市民環境部環境事業課 電話：0154-24-4146

釧路市ホームページ

食べきり運動啓発ポスター

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	イオン北海道株式会社、釧路市（環境事業課）
取組の名称	フードドライブ
実施時期	通年（毎月5日～11日の期間）
取組内容	イオン釧路昭和店と釧路市は、食品廃棄物削減の取り組みを推進するため、「イオン釧路昭和店」内の、食品セルフレジ横に専用コーナーを設置し、令和5年4月から、毎月5日～11日の期間に定例として実施。 家庭で消費されずに残っている、未開封で賞味期限内の加工食品を店舗で回収し、必要とされている団体に届けることによって食品廃棄物削減に繋げる。 【令和5年度回収実績】 2,069個、494キロ 

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり II 子どもを育む
取組実施主体	釧路市食生活改善協議会 釧路市（音別町行政センター保健福祉課）
取組の名称	親と子の料理教室
実施時期	令和6年9月1日
取組内容	☐目的 親子で調理実習に取り組むことで栄養バランスのとれた食事や望ましい食習慣の習得を目指し、生活習慣病の予防を図ります。 ☐対象者・参加者 音別小学校の児童とその保護者 2組6名 ☐内容 釧路市食生活改善推進員の指導のもと、「コーンバターライス」「はるさめスープ」「きくいもパウダー入りひき肉じゃが」「生クリーム入りフルーツヨーグルト」の調理実習と試食を行いました。 保健福祉課管理栄養士からは、使用した食材に関する講話とクイズを行いました。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市食生活改善協議会
取組の名称	キクイモ普及活動（親と子の料理教室と同時実施）
実施時期	令和6年9月1日
取組内容	☐目的 音別地区の特産品であるキクイモの普及を図る。 ☐対象者・参加者 音別小学校の児童とその保護者 2組6名 ☐内容 釧路市食生活改善推進員の指導のもと、「コーンバターライス」「はるさめスープ」「きくいもパウダー入りひき肉じゃが」「生クリーム入りフルーツヨーグルト」の調理実習と試食を行いました。 保健福祉課管理栄養士からは、使用した食材に関する講話とクイズを行いました。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり II 子どもを育む
取組実施主体	釧路市（音別町行政センター保健福祉課）
取組の名称	小・中学生口腔衛生教室
実施時期	小学生：令和6年11月14日 中学生：令和6年10月31日
取組内容	☐目的 口腔衛生に対する正しい知識を持ち、健全な生活習慣・食習慣を身につけ実践することにより、う歯・歯周疾患の発生予防を図ります。 ☐対象者・参加者 音別小学校 3～4年生 8名 音別中学校 1～3年生 11名 ☐内容 歯科衛生士を講師に迎え、う歯予防や歯肉炎予防に関する講話、ブラッシング指導等を行いました。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり																														
取組実施主体	釧路市（音別町行政センター保健福祉課）																														
取組の名称	地区組織（釧路市食生活改善推進員）の養成・育成																														
実施時期	令和6年4月～令和7年3月																														
取組内容	□目的 主体的に健康づくりを行うことの必要性や重要性について認識し、地域での住民のリーダーとなり、健康づくりを実践できる食のボランティアを養成及び育成します。 □対象者 養成：釧路市民 食のボランティアに興味のある方（食生活改善協議会入会希望者） 育成：食生活改善推進員 □実績 <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="4">養成講座</th> <th colspan="2">再教育</th> <th colspan="2">育成指導</th> <th colspan="2">会議・研修</th> </tr> <tr> <th>回数</th> <th>延人数</th> <th>登録数</th> <th>修了者数</th> <th>回数</th> <th>延人数</th> <th>回数</th> <th>延人数</th> <th>回数</th> <th>延人数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>12</td> <td>20</td> <td>2</td> <td>0</td> <td>7</td> <td>24</td> <td>6</td> <td>15</td> <td>1</td> <td>4</td> </tr> </tbody> </table> ※R6年12月末実績 □内容 養成：規定のカリキュラムに沿って養成講座を実施しています。 育成：組織の育成と活動の支援を行っています。	養成講座				再教育		育成指導		会議・研修		回数	延人数	登録数	修了者数	回数	延人数	回数	延人数	回数	延人数	12	20	2	0	7	24	6	15	1	4
養成講座				再教育		育成指導		会議・研修																							
回数	延人数	登録数	修了者数	回数	延人数	回数	延人数	回数	延人数																						
12	20	2	0	7	24	6	15	1	4																						

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市水産業対策協議会、釧路市水産加工振興協議会、釧路市漁業協同組合、釧路市東部漁業協同組合、阿寒湖漁業協同組合、釧路機船漁業協同組合、釧路市（水産課）
取組の名称	魚食普及事業
実施時期	・釧路おさかな教室：9～3月 ・釧路産水産物の提供：2月予定
取組内容	・釧路おさかな教室 釧路産水産物のPRや魚食普及を目的として、市内小学生及び市民団体等を対象に釧路産水産物の調理やさばき方実習を行いました。令和6年度は全15回開催、人数は延べ607人になる予定です。 ・釧路産水産物の提供 釧路産水産物の提供を通じた魚食普及を目的として、野のはな園通園児を対象に平成30年より実施してきました。今年度は、2月に約75食（通園児45名、職員30名）提供する予定です。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市水産業対策協議会、釧路市水産加工振興協議会、釧路市漁業協同組合、釧路市東部漁業協同組合、阿寒湖漁業協同組合、釧路機船漁業協同組合、釧路市（水産課）
取組の名称	人材養成事業
実施時期	・夏休み親子水産加工体験教室：8月9日 ・加工体験教室：11月7日、12月18日（随時）
取組内容	・夏休み親子水産加工体験教室 釧路産水産物の加工体験教室等を通じた釧路産水産物のPRや魚食普及を目的とし、市内小学生とその保護者を対象に加工体験教室を実施しました。令和6年度は8月9日にホッケの天ぷらかまぼこ作りを行い、人数は小学生12、保護者12名という結果になりました。 ・市民向け加工体験教室 釧路産水産物のPRや魚食普及を目的とし、釧路市民を対象に加工体験教室を行いました。令和6年度は、11月7日、12月18日に秋鮭の飯寿司作り講習会を実施し、人数は大人39名という結果になりました。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市水産業対策協議会、釧路市水産加工振興協議会、釧路市漁業協同組合、釧路市東部漁業協同組合、阿寒湖漁業協同組合、釧路機船漁業協同組合、釧路市（水産課）
取組の名称	釧路の水産業についての知識の普及
実施時期	・ 公立大学での講義：10～11月 ・ 出前講座：10月
取組内容	・ 釧路公立大学での講義 釧路地域の水産業をより身近なものとして理解してもらうため、各分野の専門家を招き、釧路の水産業についての知識や魚食普及の推進を目的として実施しました。令和6年度は学生約100名を対象として、10月23日～11月6日の間に計3回実施しました。 ・ 出前講座 釧路の水産業についての現状を知ってもらい、知識や魚食の普及を推進させることを目的として講座を開催しました。内容としては、釧路の水産業の現状や水産加工について等の内容で、令和6年度は全5回開催し、人数は148名（小学生116名、大人32名）を対象として実施しました。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり	Ⅱ 子どもを育む	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	阿寒農業協同組合青年部		
取組の名称	出前授業		
実施時期	令和6年10月19日(土) 釧路市立阿寒小学校 令和6年11月12日(火) 釧路市立山花小中学校		
取組内容	阿寒農協青年部ではこれまで、主に市内小学校において「出前授業」を開催してきた。くしろ酪農については、青年部員がスライドを使ってわかりやすく説明。又、地元食材（阿寒丹頂黒和牛他）を使って調理実習を行い、同時によつ葉乳業の「根釧牛乳」も試飲し、食育活動も行ってきた。 コロナ以降、令和4年から出前授業を再開し、本年度は釧路市の2校において出前授業を開催致しております。 阿寒小学校では2、3年生18名を対象に、くしろ酪農について青年部員3名より説明。授業の最後の方で根釧牛乳をみんなで試飲を行いました。 山花小中学校では小学生全生徒10名を対象に、くしろ酪農について青年部員3名より説明。授業の最後の方で根釧牛乳をみんなで試飲を行いました。 本年度につきましても調理実習は行わず食材を提供し、各学校で「ハンバーガー」を作ってもらって、根釧牛乳と合わせて食べていただいております。		

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市農業農村経営生産推進会議
取組の名称	牛乳消費拡大事業
実施時期	令和6年4月～令和7年3月
取組内容	地域の産業である酪農業を応援するため、さまざまな取組を行った。 ① 「根釧牛乳」を使用した商品開発 北海道釧路商業高等学校（流通経済科）3年生と連携し、「根釧牛乳」を使用した新商品開発に取り組んだ。 本取組に参加した高校生は、地域の牧場や牛乳の流通経路などを見学し、地域の酪農や牛乳消費の実態について学びを深めた後、新商品の企画立案に挑戦。 高校生が企画立案した商品の製造は、阿寒菓子処松屋に依頼し、「MILK のモ～NAKA」が完成。完成した新商品は販売実習会にて、高校生が実演販売を行った。  ② 「MILK de HAPPY フェア」 （令和6年11月1日～30日） 釧路市内のフェア参加飲食店による牛乳・乳製品を使った料理やスイーツの提供。 

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市農業農村経営生産推進会議
取組の名称	食育授業
実施時期	令和6年11月19日
取組内容	ことぶき認定こども園において、牛乳に関する食育授業を実施。クイズや模擬牛を使用した搾乳体験のほか、ミルカーや牛のエサなどを展示した。  

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり Ⅱ 子どもを育む
取組実施主体	釧路市（こども育成課 子育て支援拠点センター）
取組の名称	子育て講座「おいしく楽しく離乳食」
実施時期	① 令和6年5月22日 令和6年10月9日
取組内容	□目的 ・乳幼児の健康な食生活について知識や情報を知り、健康な身体作りや食への関心をもつ ・簡単、手軽にできる食事について知る □対象者・参加人数 ・0歳～1歳（離乳食完了まで） ① 21組42名 ②15組34名 □内容・特徴 ・離乳食を始める家庭も、現在進めている家庭も食事を通し、生きる基盤を作っていくという土台にたち、大人も一緒に楽しい食事になるよう、子どもがいる家庭の食事作りのポイントを伝える内容となっています。 ・食材選びや調理の工夫をすることで、食事作りに対する負担感を軽減し、子どもとの生活を楽しくしてもらいたいというねらいを持っています。 ・同じ食材で手軽にできる献立の試食もあり、「見る」「聞く」「食べる」があり、大好評な講座です。   「豚汁」と「鮭と青菜の混ぜ込みごはん」

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり Ⅱ 子どもを育む
取組実施主体	釧路市（こども育成課 子育て支援拠点センター）
取組の名称	子育て講座「親子でにっこり！楽しい食事」
実施時期	令和7年3月11日
取組内容	□目的 ・乳幼児期の子ども達の食習慣にかかわる必要な知識について学び、健康な身体作りや、食への関心を持ってもらう □対象者・参加人数 ・0歳～就学前の子を持つ母親・その家族、妊婦、子育てに携わっている方 ・20組予定 □内容・特徴 ・食事を通し、生きる基盤を作っていくという土台にたち、大人も一緒に楽しい食事になるよう、子どもがいる家庭の食事作りのポイントを伝える内容となっています。 ・地産地消の話も取り入れ、食材選びや調理の工夫をすることで、食事作りに対する負担感を軽減し、子どもとの生活を楽しんでもらいたいというねらいを持っています。 ・講座の中で、参加者同士の短時間のグループワークも取り入れ、身近な疑問や工夫を伝え合う取り組みも大変好評です。  

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり Ⅱ 子どもを育む
取組実施主体	釧路市（こども育成課 子育て支援拠点センター）
取組の名称	子育て教室「はじめての離乳食」
実施時期	① 令和6年4月25日 ②令和6年6月21日 和6年10月16日 ④令和7年1月29日
取組内容	□目的 ・離乳食の進め方と基本を学ぶ。 □対象者・参加人数 ・生後4カ月～6カ月の乳児の母親・その家族 ① 10組21名 ②11組22名 ③25組51名 ④20組の予定 □内容・特徴 ・主に第1子を育てる家庭を対象としており、離乳食の基本的な知識について学び、乳児期から、食べることが楽しいと感じられるような対応や環境作りの大切さを伝えています。 ・講師はこども育成課の管理栄養士が担当し、保育園の給食提供にまつわる情報も取り入れることで、より实际的で身近に取り入れやすい内容となっています。 ・第1子の母親は、離乳食に対する不安やとりかかるまでの抵抗感が強い方が多く、講話を聴いた後は、「大変勉強になった」「大事なポイントがわかり、安心して離乳食作りができる」と、ほぼ参加者全員が満足したという感想を寄せています。



食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり II 子どもを育む
取組実施主体	釧路市（こども育成課 保育係）
取組の名称	食生活アンケート調査
実施時期	例年9～1月頃の期間で1回実施
取組内容	☐目的 給食の提供や、食育の参考とするためアンケート調査を実施 ☐対象者、対象数 釧路市公立保育園・認定こども園の園児322名の保護者 ☐内容・特徴 例年、基本項目（朝食の摂取状況やそれに係る生活時間）の他、テーマを決めて保護者へ協力を依頼してアンケート調査を実施し、給食だよりや園内の掲示等で、結果を周知している。 今年度は、子どもの体格（やせや肥満）について、気になることがあるか質問したところ、24人が体格について気になる、と回答があったが、その相談先は身近な人が半数を占め、栄養士や保健師に相談したいと回答した者は、7.2%であった。 回収率は例年7～8割以上と保護者は大変協力的である。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり	Ⅱ 子どもを育む	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市（こども育成課 保育係）		
取組の名称	給食だよりの配付		
実施時期	毎月		
取組内容	□目的 毎月の献立をお知らせして給食で提供しているメニューを周知する。 また、食について（保育園で提供している献立の作り方、季節の行事と食、地産地消、栄養についてなど）情報提供を行う。 □対象者 保育園・認定こども園の保護者 □内容・特徴 配布した給食だよりは、私立保育園等にもデータ提供し、在園児の保護者へ配布している。また、ホームページにも毎月掲載し、これから入園を検討する方へも情報提供している。 給食だより おせち料理 「朝ごはん」ステップアップ1・2・3 七草風スープ		

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市（こども育成課 保育係）
取組の名称	「地産地消の日」
実施時期	令和6年10月3日
取組内容	□目的 地産地消の日を設け、下記の目的を持って給食を提供する事で、地元食材に触れ、保護者へも周知する機会としています。 ①郷土への親しみを持つ（大人になっても子ども達が故郷の食材を「食べたい」と思う事で、継続した消費につなげる） ②食材の旬を知り季節感を感じる ③地場食材の消費拡大につなげる事を目的として給食を提供する □対象者・参加人数 釧路市公立保育園・認定こども園5園の園児 273名 □内容・特徴 地元釧路産の「さんま」を使用した「さんまのバーベキューソース」を提供し、給食時に栄養士からも説明をし、食材の普及啓発を図りました。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり	Ⅱ 子どもを育む	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市（こども育成課 保育係）		
取組の名称	食育事業「へんしんたべもの！これな～んだ？」		
実施時期	8月～9月		
取組内容	□目的 ・食材がどんな過程を経て、どんな食品になったのかを知る □対象者・参加人数 ・釧路市公立保育園・認定こども園5園の園児 270名 □内容・特徴 ・乾物の種類を知り、水戻しされてどんな風に変化するか、またその水が「だし」になり、だしの有無で味噌汁の味が違うことをクイズ形式で体験。 ・乾物ができる過程を、切干大根を作って毎日観察することで知る。 ・水戻しした乾物（わかめ）を使用しておにぎり作りをすることで、乾物を使った料理の体験とともに、「手洗いチェッカー」を使用して、きれいな手洗いの必要性を理解し、手洗いの歌により楽しく正しい手洗い方法を学ぶ。 ・当日、学んだ乾物を使用した給食を提供し、より身近に感じてもらうようにした。 ・テーマにした食材や食品、それぞれの栄養について食育ボードを使って栄養について学んだ。		

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり II 子どもを育む
取組実施主体	釧路市（こども育成課 保育係）
取組の名称	親子食育の日（給食試食会）
実施時期	令和7年1月14日～1月28日
取組内容	保育参観時に親子で給食を食べ、家庭での食事作りの参考や、給食を通して食事を話題にするきっかけにしてもらう事を目的に実施。 また2歳児クラスの保護者には、栄養士から朝食や食事バランスの大切についての講話を行った。 □試食会参加者数 釧路市公立保育園・認定こども園5園の保護者 約312名

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり	Ⅱ 子どもを育む	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市（健康推進課）		
取組の名称	1 乳幼児健康診査 2 妊婦相談 3 キッズ健診結果説明会 4 若者健診結果説明会 5 くしろ健康まつり 6 健康教育		
実施時期	1・2・6は通年実施、3は10～12月に随時実施 4は5月以降通年実施 5は10月20日に開催		
取組内容	1 乳幼児健康診査 乳幼児及び保護者を対象とし、身体計測、医師による問診及び診察、保健師による保健指導、管理栄養士等による栄養指導、幼児の場合は、歯科医師による口腔内の診察を行います。  2 妊婦相談 妊産婦及びその家族を対象とし、母子健康手帳交付時や、電話、訪問等により、保健師及び助産師等が、妊娠・出産・育児に関する個別相談に応じています。		

3 キッズ健診結果説明会

小学5～6年生の児童及び保護者を対象とし、生活習慣病予防健診（血液検査含む）の受診結果に基づき、数人の集団方式と、個別方式を併用し、保健師により、食生活や運動などの生活習慣に関する保健指導を行います。



4 若者健診結果説明会

18～39歳の市民を対象とした若者健診（生活習慣病予防健診）受診結果に基づき、保健師が個別に肥満改善やメタボリックシンドロームの発症及び重症化予防のための保健指導を行います。

5 健康まつり

北海道栄養士会釧根支部の協力により、栄養相談コーナーの設置並びに野菜350gの重さあてクイズを実施しました。また、釧路歯科医師会の協力により歯科健診、相談、口腔がん検診等を行いました。

6 健康教育

企業、サークルなどの依頼に応じ、保健師が各ライフステージに応じた健康の保持増進に関する講話を実施しています。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む
取組実施主体	釧路市教育委員会（教育支援課）
取組の名称	ふるさと給食
実施時期	6,10月
取組内容	ふるさとの食材を通じて、ふるさと釧路の素晴らしさを再認識してもらうために平成2年度から年3回程度実施しています。令和6年度は6月ふき、阿寒ポーク、10月たらの2回実施しています。 鯨肉給食は平成16年より実施し、令和4年からふるさと給食として提供しており、令和6年度は令和7年3月頃に実施予定です。



食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む
取組実施主体	釧路市教育委員会（教育支援課）
取組の名称	鹿肉給食
実施時期	6月
取組内容	地場産業の振興及び地域資源の活用を目的に、エゾシカ肉の有効活用に取り組み、その一環として平成 19 年からエゾシカ肉を学校給食で提供開始しました。令和 6 年度は市内小中学校で「もみじ味噌ちゃんこ汁」や「もみじちゃんこ汁」を提供しました。 

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり II 子どもを育む
取組実施主体	釧路市教育委員会（教育支援課）
取組の名称	小学生フッ化物洗口（口腔健康管理事業）
実施時期	令和6年7月～令和7年3月
取組内容	令和6年度の7月より市内の全小学校でフッ化物（フッ化ナトリウム水溶液）による洗口を開始。※令和元年度2月～令和4年度までコロナウイルスの感染拡大の影響により中止していました。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり II 子どもを育む
取組実施主体	釧路市立認定こども園阿寒幼稚園
取組の名称	クッキングと食育教室
実施時期	10月8日（火）
取組内容	この日はお楽しみ会でした。小さなお友達に楽しんでもらうために年長組が会食メニューやゲーム内容を考え催しました。今回は5月に園の畑に植えたかぼちゃを利用してかぼちゃ団子づくりをしました。クッキングではかぼちゃの硬さに驚きながらでしたが丁寧に包丁で切り、茹でて柔らかくなったかぼちゃをつまみ食いしたり、においをかいだりし、お友達と協力して作り上げました。給食さんに届けて団子汁にしてもらい全園児で味わいました。午後から年長組はかぼちゃ団子や給食メニューに使われた食材が体にどのような影響があるのか、〈栄養素〉について学ぶ食育教室をおこないました。栄養士から三大栄養素について説明を聞き、どの栄養素に分類されるのかクイズに取り組むような楽しさで食材カードをボードに貼りました。「かぼちゃは体の調子を整えるところだった！」「ごはんは体を動かす力になるんだって」と新しい学びを得ていました。 味わっていた食材が体にどのような影響があるのかを知れたことは、食することにまたひとつ理由があるのだと学ぶことができました。
	

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む		Ⅲ 食の理解を深める																																					
取組実施主体	釧路市（児童発達支援センター）																																							
取組の名称	野菜栽培・収穫																																							
実施時期	令和6年5月～9月																																							
取組内容	<目 的> 種まき、芋植えなどの野菜の栽培や収穫をとおして、自然と親しみ、野菜に興味関心を持つとともに、収穫した野菜を使用した給食を食べようとする気持ちを育てることを目的としています。 <対 象>児童発達支援センター 野のはな園通園児 53名 <実施日と内容> <table><tr><td>①5月 15日</td><td>芋植え</td><td>参加児童</td><td>26名</td></tr><tr><td>5月 16日</td><td>//</td><td>参加児童</td><td>7名</td></tr><tr><td>5月 20日</td><td>//</td><td>参加児童</td><td>8名</td></tr><tr><td>②6月 12日</td><td>いんげんの種まき</td><td>参加児童</td><td>9名</td></tr><tr><td>③8月 14日</td><td>いんげんの収穫</td><td>参加児童</td><td>4名</td></tr><tr><td>④9月 2日</td><td>じゃがいもの収穫</td><td>参加児童</td><td>8名</td></tr><tr><td>9月 3日</td><td>//</td><td>参加児童</td><td>19名</td></tr><tr><td>9月 4日</td><td>//</td><td>参加児童</td><td>12名</td></tr><tr><td colspan="2"></td><td>合計</td><td>93名</td></tr></table> 				①5月 15日	芋植え	参加児童	26名	5月 16日	//	参加児童	7名	5月 20日	//	参加児童	8名	②6月 12日	いんげんの種まき	参加児童	9名	③8月 14日	いんげんの収穫	参加児童	4名	④9月 2日	じゃがいもの収穫	参加児童	8名	9月 3日	//	参加児童	19名	9月 4日	//	参加児童	12名			合計	93名
①5月 15日	芋植え	参加児童	26名																																					
5月 16日	//	参加児童	7名																																					
5月 20日	//	参加児童	8名																																					
②6月 12日	いんげんの種まき	参加児童	9名																																					
③8月 14日	いんげんの収穫	参加児童	4名																																					
④9月 2日	じゃがいもの収穫	参加児童	8名																																					
9月 3日	//	参加児童	19名																																					
9月 4日	//	参加児童	12名																																					
		合計	93名																																					

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり	Ⅱ 子どもを育む	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市（児童発達支援センター）		
取組の名称	地産地消を推進した給食献立の実施		
実施時期	令和6年5月～8月の間で全5回		
取組内容	<目的> 地元でとれた農水産物を地元で消費する地産地消を推進するため、児童発達支援センター野のはな園の給食でも「地元でとれた食材の良さを理解しもっと愛用しよう」をコンセプトに、釧路産の食材を使用した給食を実施しました。保護者には地元で生産された食材を知り地産地消についての理解を深めてもらうため、給食日より等でお知らせし、家庭での食事作りの参考にしてもらうようにしています。 <対象>児童発達支援センター 野のはな園通園児 53名 及び保護者 <実施日と内容> ・5月 20日 釧路産ほうれんそうのグラタン 喫食児童数 40名 ・6月 25日 釧路産かぶ入りホワイトシチュー 喫食児童数 40名 ・7月 5日 釧路産かぶのクリーム煮 喫食児童数 34名 ・7月 10日 釧路産パプリカと鶏肉の甘酢炒め 喫食児童数 39名 ・7月 24日 釧路産パプリカ入スープ 喫食児童数 42名 ・8月 23日 釧路産パプリカ入ミートスパゲッティ 喫食児童数 38名 合計 233名      		

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅰ 健康づくり	Ⅱ 子どもを育む	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市（児童発達支援センター）		
取組の名称	食育指導の実施		
実施時期	①令和6年 7月26日～ 9月3日の間で全7回 ②令和6年 7月 4日～ 9月5日の間で全5回 ③令和6年10月29日～11月15日の間で6回		
取組内容	<目的> 色々な食材の話しや、実際の食材を見たり触れたりすることで興味関心を高め、給食を食べようとする気持ちを育てることを目的としています。 <対象>児童発達支援センター 野のはな園通園児 53名 <実施日と内容> ①テーマ「野菜に親しみ、好きになろう」 ・7月 26日、30日、8月1日、2日、23日、27日、9月3日 全日11:00～11:25 参加児童数 全39名 ②テーマ「かき氷を食べよう」 ・7月 4日、8月1日、15日、22日、9月5日 全日13:05～13:25 参加児童数 全39名 ③テーマ「いろいろな食べ物～好きな食べ物はななに～」 ・10月 29日、30日、11月1日、8日、13日、15日 11:00～11:25（15日のみ13:05～13:25） 参加児童数 全35名  		

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市（児童発達支援センター）
取組の名称	施設見学会における食育の取組の展示
実施時期	令和6年7月、11月
取組内容	<目的> 市内の保育園や幼稚園、認定こども園や児童発達支援事業所などの施設を対象に実施した「児童発達支援センター施設見学会」において、当施設内に食育コーナーを設け、児童発達支援センターでの食育の取り組み内容を来訪者に対して情報発信しました。食育コーナーには、日頃の食育指導実施の様子や使用した教材を展示しました。 <実施日と参加人数> 7月10日（木）～11日（金）の2日間 11月25日（月）～26日（火）の2日間 参加事業所総数 54件 参加者総数 115名 

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	釧路市（児童発達支援センター）
取組の名称	給食試食の実施
実施時期	令和7年1月22日～2月3日
取組内容	<目的> 児童発達支援センター野のはな園で提供している給食の味や形態等の内容を、試食をとおして保護者に知ってもらい、家庭での食事作りの参考や食生活の意識づけにつながることを目的としています。 <対象>児童発達支援センター通園児保護者（試食希望者） <実施日> 1月22日（水）～2月3日（月）の9日間 <喫食数（家庭数）> 21家庭  

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり
取組実施主体	釧路市（介護高齢課）
取組の名称	短期集中予防サービス（口腔機能向上プログラム）
実施時期	令和6年9月21日～11月30日
取組内容	《目的》 保健および医療の専門職が短期間において提供するプログラムの利用を通じ、要介護状態となることを予防し、その居宅において自立した活動的で生きがいのある生活を営むことができるよう支援することを目的としています。 《対象》 釧路市民の方で、以下の1または2に当てはまる方 1.65 歳以上で「基本チェックリスト」の結果等で特に口腔機能において予防や改善が必要と判断された方。 2.介護保険の要支援認定を受けている方。 《R6 年度参加者》9 名 《内容》 3 カ月 1 コース（計 4 回）となっており、歯科衛生士や言語聴覚士などが、口の中の健康を保つ方法や呼吸法・体操などを指導します。正しく口腔の手入れをしながら、全身の体力をつけることができます。 《URL》 釧路市ホームページ 短期集中予防サービス https://www.city.kushiro.lg.jp/kenfuku/fukushi/1004926/1004968/1004976.html

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり
取組実施主体	釧路市（介護高齢課）
取組の名称	介護予防継続教室
実施時期	通年
取組内容	《目的》 住み慣れた地域の身近な会場において、釧路市介護予防プログラム「わかがえりレッスン」を継続受講し、元気でいきいきと生活し、要介護・要支援状態になることを予防・遅延することを目的としています。 《対象》 おおむね 65 歳以上の釧路市民で、要介護・要支援認定を受けておらず、「短期集中予防サービス」「おたっしゃサービス」に通っていない方。 《R6 年度 10 月末 参加者》 計 320 名 《内容》 介護予防プログラム「わかがえりレッスン」を実施しています。レッスンの中では、噛む・飲み込む力の訓練のための口腔ケアが含まれ、顔・舌体操や構音訓練などを実施しています。 《URL》 釧路市ホームページ 一般介護予防事業 介護予防継続教室 https://www.city.kushiro.lg.jp/kenfuku/fukushi/1004926/1004968/1004969.html

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	地産地消くしろネットワーク
取組の名称	出前授業
実施時期	7月～12月
取組内容	釧路市内の小学校を対象に、くしろの産業と地場産品への関心や理解を深めてもらうため、地元を支えている企業の方を講師に招き出前授業を行っています。 令和6年度実績で19校729名（うち、食育関係13校523名）に、地産地消について、地場産品についての授業を行いました。 URL：https://www.city.kushiro.lg.jp/sangyou/sanshien/1006404/1006409/1006411.html



地産地消くしろネットワーク
 2024年12月24日


 ☆ 釧路市
 City of Kushiro

2024年度 エゾシカ出前授業を実施しました！

【概要】
地産地消の運動の取り組みを促進するため、全道的に食育等の深刻な被害を出しているエゾシカをテーマに調教とエゾシカ肉を使用した調理実習を実施しました！

＜実施校＞

・釧路小学校	7月23日（火）5年生	46人
・島取西小学校	8月20日（木）5年生	71人
・阿寒湖農産教育学校	10月23日（水）6年生	5人
・音羽小学校	11月1日（金）5・6年生	12人
・東郷小学校	11月19日（火）5・6年生	32人
・島取小学校	12月19日（木）6年生	49人

【実施内容】
釧路の魅力ある地場産品に興味・関心を持ってもらうため、今年度のエゾシカ出前授業を市内小学校6校で行い、楽しく美味しく学びの授業を実施しました。
出前授業では、はじめに地産地消くしろネットワーク事務局から釧路の地場産品や地産地消、エゾシカ等についてクイズを交えながらお話をしました。
調理実習の講師には、（株）イーアンドイト代表取締役の加藤良太さんを招き、阿寒町の（有）阿寒グリーンファームのエゾシカ肉を使用した「メンチカツ」や「ザンギ」を作りました。
「メンチカツ」は、具材を混ぜ、衣をつけて揚げた工程を、「ザンギ」では、エゾシカのすね肉とも肉を使い、すね肉前腿・もも肉前腿に分かれました。すね肉は、なかなか切ることができず苦戦しながらも協力し合い、上手に調理することができました。出来上がった「メンチカツ」「ザンギ」は、模範ようすで牛乳と一緒に試食しました。
この実習を通して、「見る」「触れる」「食べる」という体験をしてもいいですね。
実習の最後には講師から、エゾシカ肉の調理方法や優れた栄養素についてわかりやすく説明していただきました。
エゾシカ肉は高たんぱく低脂肪で成長期に必要な成分が豊富に含まれた食材です。
エゾシカ出前授業の感想を聞くと、「柔らかくて美味しかった！」「簡単だったから家でも作りたい！」「エゾシカ肉はどこで買えるの？」とたくさんの子どもたちに大好評な授業となりました。
今後もこのような取り組みを通して、エゾシカ肉を含めた地場産品の良さや、地産地消への理解を深めていきたいと思います。

くしろ産食材の「どこで買える？」「どこで食べられる？」を解決！販売店や飲食店の最新情報を発信中！





事務局：釧路市産業振興部産業推進室（担当） 栗野・石田
 TEL：0154-31-4550
 FAX：0154-22-8972



地産地消くしろネットワーク
 2024年12月24日


 ☆ 釧路市
 City of Kushiro

2024年度 オロナミンC出前授業を実施しました！

【概要】
地産地消の運動の取り組みを促進するため、釧路の地場産品である大塚食品（株）のオロナミンCを題材に、出前授業を実施しました！

＜実施校＞

・奥原小学校	7月12日（金）3年生	35人
・愛国小学校	7月19日（金）3年生	82人
・桜が丘小学校	9月13日（金）3年生	29人
・中央小学校	9月18日（水）3年生	25人
・阿寒小学校	11月21日（木）2・3年生	16人
・鶴野小学校	11月26日（火）3年生	85人
・共栄小学校	12月11日（水）3年生	37人

【実施内容】
今年度のオロナミンC出前授業は、市内小学校7校で実施しました。
出前授業では、はじめに地産地消くしろネットワークから釧路の地場産品や地産地消についてクイズを交えたお話をしました。
その後、大塚食品（株）からは、「オロナミンCが食料川の結晶な水から作られていること」や「製糖工場で作っているものは北海道内はもちろん、道外にも出荷されていること」などを、お話を映像でわかりやすく説明していただき、出題されたクイズは、子どもたちに大好評でした。
講義の後は、「オロナミンC」と釧路で生産された生乳で作っているようす（大塚食品（株）の「模範ようす牛牛乳」を1:1で割った「オロナミンミルク」を作り、地産地消を体験しました。
子どもたちは、「オロナミンジュースみたい」、「ヨーグルトみたいな味がする」、「家でも作ってみたい！」などと笑顔を見せてくれました。
今後もこのような取り組みを通して、オロナミンCや模範ようす牛牛乳を含めた地場産品の魅力や地産地消への理解を深めていきたいと思います。

くしろ産食材の「どこで買える？」「どこで食べられる？」を解決！販売店や飲食店の最新情報を発信中！





事務局：釧路市産業振興部産業推進室（担当） 栗野・石田
 TEL：0154-31-4550
 FAX：0154-22-8972

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	地産地消くしろネットワーク
取組の名称	親子で地産地消バスツアー
実施時期	8月
取組内容	釧路市内の小学生とその親を対象に、釧路市の産業の見学や地場産品を使用した体験等を通して、釧路市の産業や地場産品の認知度向上と家庭での消費拡大を図っております。 令和6年度実績は12組24名の参加となりました。 URL：https://www.city.kushiro.lg.jp/sangyou/sanshien/1006404/1006409/1006411.html  地産地消くしろネットワーク 2024年9月 日 ☆ 釧路市 City of Kushiro 「夏休み親子体験バスツアー～やって楽しい！水産加工・知って楽しい！地場産品～」を 実施しました！！ 【概要】 生産現場等の見学・体験を通じて地場産業や地場産品について理解を深めてもらう地産地消バスツアーを実施しました。 ■日 時 2024年(令和6年)8月9日(金) 9:00～16:20 ■対 象 釧路市内の小学3年生～6年生とその保護者 ■参 加 12組 24人 ■共 催 釧路市水産加工振興センター、釧路水産加工振興協会、 釧路市水産業対策協議会 【実施内容】 第13回目となった今回は、釧路工業技術センターさん、なのはな整骨院さん、釧ちゃん食堂さん、釧路市水産加工振興センターさん、北海道サラダパブリカさんのご協力を得て実施しました。 【9:30～釧路工業技術センター】 「ものづくり」には欠かせない新しい技術や産業を創出している施設の「精密測定室」や「木工加工室」に案内していただきました。普段一般の方は出入りしない施設ですが、地域のものづくり拠点を知ることができました。 【10:00～蒸留体験】 蒸留体験の講師になのはな整骨院野村氏を招き、音別町のカラマツの枝や葉を活用した蒸留体験を行い、蒸留水と精油が作られる過程を実際に見ていただきました。お子さん達にカラマツの枝切りをしてもらい、抽出したての蒸留水の香りを楽しんでもらいました。お子さんからは「この木見たことある！」、「とてもいい匂いがする！」など貴重な体験を親子で堪能していただきました。お土産品として作成したアロマジェル・スプレーも好評でした。 【12:00～くしろ水産センター】 お昼は、釧ちゃん食堂の地場産品弁当をご用意しました。地元で採れたお野菜やお魚、お肉が使われています。今回、北海道サラダパブリカさんのご厚意で釧路産パブリカを提供していただき、サラダに使用していただきました。 【13:30～釧路市水産加工振興センター】 釧路の水産業についてビデオを鑑賞した後は、天かまぼ加工実習体験を行いました。釧路産のホッケ3匹を3枚におろし、皮をはいてすり鉢でするなどの工程を親子で協力して行いました。初めての工程にお子さん達は戸惑いながらも一生懸命取り組んでいました。完成した天かまぼは様々な形で個性が。全て上手に作る事ができました。アツアツの揚げたて天かまぼの味は絶品で、親子の思い出の味となりました。 お土産品として北海道サラダパブリカさんより提供していただいた釧路産パブリカを配布しました。皆さん、とても喜ばれていました。今回のバスツアーは、釧路の産業や地場産品について学び、体験するという内容となりました。これからも、釧路の産業を深く知ることができる「地産地消体験イベント」などを通じて地産地消を推進していきたいと思っています。 くしろ産食材の「どこで買える？」 「どこで食べられる？」を解決！ 販売店や飲食店の最新情報を発信中！ ↑Facebook ↑Instagram 事務局：釧路市産業振興部産業推進室 (担当) 秦野、石田 TEL: 0154-31-4550 FAX: 0154-22-8972

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	地産地消くしろネットワーク
取組の名称	大人の地産地消体験バスツアー
実施時期	11月
取組内容	釧路市を代表する産業や自然について「知る」、「食べる」、「作る」をテーマに、地場産品の魅力や地産地消の取組・理解を深めてもらうことを目的に開催しています。 令和6年度実績は12名の参加となりました。 URL：https://www.city.kushiro.lg.jp/sangyou/sanshien/1006404/1006409/1006411.html  地産地消くしろネットワーク 2024年11月22日 ☆ 釧路市 City of Kushiro 「大人の地産地消体験バスツアー～音別町を知ろう！～」を実施しました！ 【概要】 生産現場等の見学・体験を通じて地場産業や地場産品について理解を深めてもらう地産地消体験バスツアーを実施しました。 ■日 時 2024年（令和6年）11月8日（金） 9:00～16:30 ■参 加 12人（釧路在住） ■訪 問 釧路市音別町 ①株式会社大塚製薬工場釧路工場 ②ルート38音別館 おんぼーと ③株式会社美登 蕨工場 ④市橋建設株式会社菊芋事業所 【実施内容】 【10:20～（株）大塚製薬工場釧路工場見学】 各種輸液製品の製造を行っている大塚製薬の歴史や製薬工場についてビデオ鑑賞し、KNC製造工場へ案内していただきました。高度なオートメーションにより衛生的配慮をしながら業務を行っている技術に参加者様一同興奮されていました。 【11:40～ひばり堂（昼食）】 お昼は、2024年5月にオープンしたひばり堂さんの地場産品満載弁当をご用意しました。地元音別町で採れた野菜・釧路産の魚・パプリカをアレンジしたメニューの他に、音別町産カボチャを使用したベイクチーズケーキと音別町産紫ルバーブを使用したリンゴパイのデザートが付いていました。また、市橋建設（株）菊芋事業所職員皆様のご厚意で、音別町特産菊芋・蕨・稚萱を使用した「健康汁」を振る舞っていただきました。もちろん！根餅・よつ葉牛乳・菊芋煎茶の試飲もしていただきました。 【12:20～富貴紙すき体験】 ルート38音別館おんぼーとの富貴紙工房にて、音別町特産蕨の皮を活用したハガキサイズの富貴紙作りに挑戦していただきました。体験を終え、「難しかったけど貴重な体験ができて楽しめた。完成が楽しみ！」など、たくさんの笑顔が見られました。 【13:40～（株）美登 蕨工場】 音別町特産蕨の皮むき、塩蔵、水煮パックづくりについて説明していただきました。熟練の技である蕨水煮の皮むきにチャレンジした参加者様は、四苦八苦されました。健康にも良いと言われる蕨のシャキシャキ食感をぜひ楽しんでいただきたいたいとお土産に「朝のシャキフキ」をご用意していただきました。 【15:00～市橋建設（株）菊芋事業所】 音別町特産菊芋畑で今が旬の菊芋掘りの体験をしました。参加者様一同初めてとなる菊芋掘りは、皆さん無我夢中で掘り、収穫を楽しまれていました。収穫した菊芋は持ち帰ることが出来、菊芋煎茶と菊芋・しいたけブレンド茶をお土産にいただきました。帰りの車中では、「童心に帰っておもいっきり楽しんでしまった。全て満足な内容！お腹も心もいっぱいです。」と感想をいただきました。乗降時に音別町の名物「しいたけカッパバーガー」を渡し、蕨・菊芋・稚萱と音別町特産品をご自宅でご堪能していただきたいと思います。 今回のバスツアーは、釧路市の飛び地音別町の産業や地場産品について学び、体験するという内容となりました。これからも、釧路の産業を深く知ることができる「地産地消体験イベント」などを通じて地産地消を推進していきたいと思っています。 くしろ産食材の 「どこで買える？」 「どこで食べられる？」を解決！ 販売店や飲食店の最新情報を 発信中！  ↑ Facebook  ↑ Instagram 事務局：釧路市産業振興部産業推進室 （担当）泰野、石田 TEL: 0154-31-4550 FAX: 0154-22-8972

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	地産地消くしろネットワーク
取組の名称	親子で地産地消体験
実施時期	1月
取組内容	釧路市内の小学生とその親を対象に、地場産品に触れる体験と地場産品を使用した親子で作れる料理を通して、地場産品の認知度向上と家庭での消費拡大を図っております。 令和6年度実績は12組24名の参加となりました。 URL：https://www.city.kushiro.lg.jp/sangyou/sanshien/1006404/1006409/1006411.html  地産地消くしろネットワーク 2025年1月22日  「親子で地産地消体験～地場産品で冬休みの思い出づくりをしよう！」を実施しました！ 【概要】 くしろの地場産品について理解を深める機会として、親子で参加できるイベントを実施しました。 ■日時 2025年（令和7年）1月10日（金）10：00～15：00 ■対象 釧路市内の小学4年生～6年生とその保護者 ■参加 12組 24名 【実施内容】 午前は「バルデラエミ」店主の小西様に講師をお願いし、地場産品を使用した料理体験を行いました。 親子で協力して、地場産品満載の美味しい料理をつくることができました！ 【メニュー】 ・道産小麦と白味噌恵みチーズの手捏ねピザ ・釧路産魚介のフイヤベーススープ ・ホウレンソウと釧路産卵のキッシュ 午後は「なのはな整骨院」院長の野村様に講師をお願いし、釧路産のカラマツ等を使用した体験を行いました。 くしろの木材がどのように活用されているかを学ぶ良い機会となりました！ 【内容】 ・釧路産カラマツと精油で「ネック&アイピローづくり」 ・蒸留の様子を間近で見学 今回のようなイベントを通じて、皆さまに地産地消への関心を持っていただけるようこれからも活動を行ってまいります。 くしろ産食材の「どこで買える？」どこで食べられる？」を解決！販売店や飲食店の最新情報を発信中！   ↑Facebook ↑Instagram 事務局：釧路市産業振興部産業推進室 （担当）石田・秦野 TEL：0154-31-4550 FAX：0154-22-8972

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり
取組実施主体	釧路市（国民健康保険課）
取組の名称	国保特定保健指導の実施
実施時期	通年
取組内容	市国保特定健康診査を受診し、特定保健指導の対象となった方に、生活習慣改善のポイントなどの保健指導を行っています。 糖尿病や高血圧症などの生活習慣病になる前に生活や食事に気を配り、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドロームを予防・改善しようという取組みです。

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり II 子どもを育む
取組実施主体	(一財) 釧路市民文化振興財団 (釧路市教育委員会 生涯学習課)
取組の名称	ふれあい料理教室
実施時期	令和6年11月7日
取組内容	●講座のねらい ・地元で採れる魚介・野菜などの食材を利用した料理教室を企画・実施し、地産地消、市民交流を図る ●対象 ・釧路市民 ●実施内容（令和6年度実績） ・大根チーズ焼き、枝豆マリネ、ポパイライス、カレーチキン揚げ ・参加人数 8名

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり
取組実施主体	(一財) 釧路市民文化振興財団 (釧路市教育委員会 生涯学習課)
取組の名称	市民学園講座「まなぼっとシニア講座」「いきいき女性講座」 農園活動
実施時期	通年(令和6年5月～8月)
取組内容	●講座のねらい シニア : 心豊かなセカンドライフに必要な、健康・家庭生活の充実・釧路の自然社会問題などを幅広く学び、学習成果をボランティア活動等に活かす。 いきいき女性 : 女性の教養や趣味の向上、心身の健康づくりを通して、いきいきと新たな活動へ向かう意欲を培う。 ●対象 シニア : 市内在住のシニア世代(おおむね 50 歳以上)で軽い運動が可能な方(定員 20 名) いきいき女性 : 市内在住の女性(山坂を伴う野外歩きができる方)(定員 20 名) ●実施日と内容(令和6年度実績) 講座の一環として、桜田農園にて農園活動を実施 ・5/24 植ええ(ジャガイモ、ダイコン、枝豆、葉物) 13 名 ・6/6 雑草取り、枝豆間引き 12 名 ・6/20 雑草取り、葉物収穫 10 名 ・7/4 // ※熊出没により中止 ・7/18 ダイコン・枝豆収穫 11 名 ・8/8 ジャガイモ収穫 ※ヒグマ注意報発令中につき中止 ・8/24 トウモロコシ収穫体験、ニンジン収穫、収穫祭 (市民学園講座「わくわく体験隊」と合同) ※ヒグマ注意報発令中につき中止



食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	I 健康づくり II 子どもを育む
取組実施主体	(一財) 釧路市民文化振興財団 (釧路市教育委員会 生涯学習課)
取組の名称	市民学園講座「まなぼっとわくわく体験隊」
実施時期	通年(令和6年5月～令和7年1月)
取組内容	●講座のねらい 種まきから収穫までの農業体験野外活動・料理教室など年間を通していろいろな体験をする。 ●対象 市内在住の小学校4～6年生(定員24名) ●実施日と内容(令和6年度実績) 講座の一環として、通年で農園活動を実施 ・5/18 「畑に行こう①」 19名 畝づくり、ジャガイモ・ダイコンの種まき ・6/22 「畑に行こう②」 19名 雑草とり ・7/13 「畑に行こう③」 ※熊出没により中止 雑草取り、ダイコン収穫 ・8/17 「体験学習」 19名 音別こころみにて、ピザ・ソーセージ・アイスづくり体験 ・8/24 「収穫を楽しもう」(他講座と合同) じゃがいもの収穫・収穫祭 ※ヒグマ注意報発令につき中止 ・11/30 「料理教室」 20名 釧路でとれたお魚を使った料理に挑戦 ・1/11 「修了式」 22名 餅つき大会 

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	(一財) 釧路市民文化振興財団 (釧路市教育委員会 生涯学習課)
取組の名称	市民学園講座「子育て応援講座」料理教室
実施時期	通年(令和6年5月～12月)
取組内容	●講座のねらい(一環として「料理教室」を実施) 子育て世代の保護者が心身をリフレッシュしたり、生活を豊かにするために必要な知識や技術等を身につける。 ●対象 市内在住で未就学児(6歳まで)がいる保護者を中心とする (定員 16～24名) ●実施日と内容(令和6年度実績) 講座の一環として、料理教室を実施 ・5/14 パンづくり教室 23名 ・6/12 フランス料理教室 23名 ・7/10 中華料理教室 27名 ・9/4 簡単おやつづくり教室 13名 ・10/9 イタリア料理教室 24名 ・11/5 ケーキづくり教室 14名 ・12/4 クリスマス料理教室 24名 

食育の取組報告

食育推進計画 基本目標	Ⅱ 子どもを育む Ⅲ 食の理解を深める
取組実施主体	(一財) 釧路市民文化振興財団 (釧路市教育委員会 生涯学習課)
取組の名称	市民学園講座「子どもチャレンジ」 子ども料理教室 お菓子づくりを楽しもう
実施時期	令和6年11月2日(土)
取組内容	●講座のねらい 新しい友達と工作・実習などの作る喜び、自然に触れ合う体験を通じ、生きる知恵を身に着ける。 ●対象 市内在住の小学校3年生～中学校3年生(定員24名) ●実施内容(令和6年度実績) 講座の一環として「子ども料理教室」を実施 ・栄養士・料理研究家を講師に招き、キャロットケーキ、白玉とうふ団子を調理 23名の参加 