

2組メンバー紹介

- ■リーダー 沼上 文音(青森東高校2年)
- 福田 明莉(青森東高校2年)
- 小山内 愛楓 (青森高校2年)
- 岩谷 晃太郎 (青森南高校2年)
- 斉藤 洋子 (青森東高校3年)
- ■副担任 佐野 春奈
- ■担任 堺 麗未



ブロッコリー

なす

きのこ

トイト

れんこん

ねぎ

にんにく



「まちづくり」は人が居なければ出来ないこと

「まち」に住んでいる人が **健康で元気じゃないと「まちづくり」は難しい**

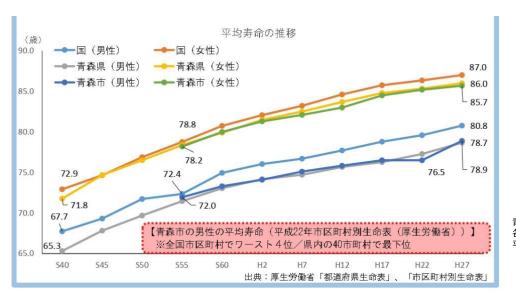
はじまり (きっかけ)

- ■HR担任が食育活動をしている
- ⇒ 2 組のテーマを「食と健康」に
- ■青森市の健康問題に着目





青森市の健康課題① 健康寿命



青森県企画部企画調整課 各種統計データ 全分科会 平成30年5月 参照



青森市の健康課題② 短命県の理由



- 三大死因による死亡の割合が 国、県と比べて高い
- 三大死因の**原因の一つに肥満**がある

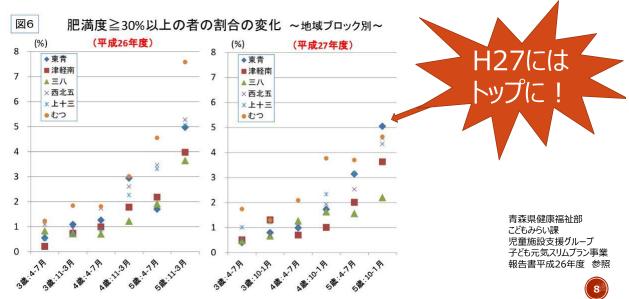


青森市も肥満が原因…?

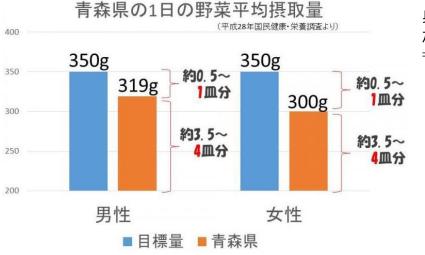
青森県企画部企画調整課 各種統計データ 全分科会 平成30年5月 参照



青森市の健康課題③ 子どもの肥満率



青森市の健康課題④ 肥満と食生活の関係



身体が摂取する野菜の量が少ない
⇒食のバランスの偏りから
肥満へ

子供のうちからの食生活を
見直すことで改善できるのでは…?

平成28年度 青森県国民健康·栄養調査 参照





①地遊地食AOMORIエキイチ視察

(5) 日時: 2020年8月22日(土)

♥ 場所: 青森駅前公園

国 目的: 大規模なイベントの参考例として視察

人気の出店者調査

❤️ 学んだこと:子供向けの出店の人気が高い

コロナ対策 (検温/署名/ソーシャルディスタンス/マスク)





②れみめし参加

() 日時: 2020年9月5日(土)

♥ 場所: アピオ青森 調理実習室

国 目的:小規模なイベントの参考例として体験

食について考える

常学が近い

お弁当づくりの大変さ、料理の彩りの大切さ





③あおもりマルシェ手伝い

(5) 日時: 2020年10月18日(日)

| 目的:運営の手伝い 収穫体験のアポ取り



🍄 学んだこと:生産者さんの<u>顔が見えることによる商品への安全性と信頼</u>

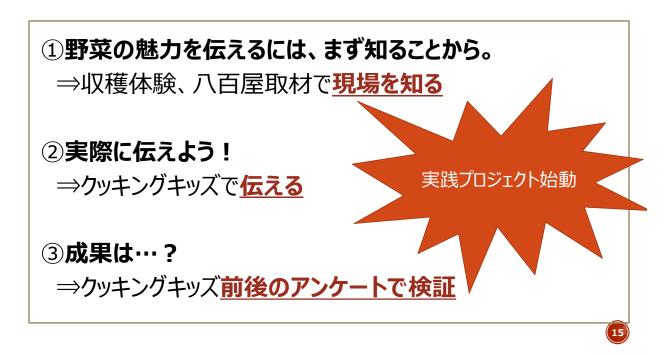
コロナ禍でのイベントの大変さ

13

コロナ禍の中、大規模イベントは難しい…



小規模かつ、 子供たちに食の大切さを伝えられるイベントを!





①収穫体験

⑤ 日時: 2020年11月15日(日)

🗣 場所: 清水ファーム(青森市月見野第4圃場)

[2] 目的:農作業体験 農家さんへの取材

青森の野菜に触れる

◇ 学んだこと:無農薬野菜の大切さ 青森市の野菜の魅力

地元の野菜の安全性







東奥日報社





18

②八百屋取材

() 日時: 2020年10月29日(木)/11月21日(土)

♀ 場所: たけうち青果店(青森魚菜センター内)

八〇八 古川店 八〇八 アウガ地下店

| 目的:地元の野菜や八百屋さん直伝の美味しい調理方法の紹介

◇ 学んだこと:目上の方との接し方

地元の生産者の野菜や農業に対する想い

中心商店街を利用している年齢層









③クッキングキッズ

() 日時: 2020年12月19日(土)

● 場所: アピオ青森 調理実習室

国 目的:子どもたちに青森の野菜に直接ふれてほしい
「親子」で「青森の野菜」を使った「お弁当づくり」

学 学んだこと: **事前準備の大切さ**

実際に触れてみることの大切さ









東奥日報社

毎日新聞社





アンケート調査 1回目



実施日

2020年 12月19日(土)



対象者

クッキングキッズ参加者 親子3組 (大人4名)



方法

紙媒体



内容

- 普段の食生活
- 県産品への関心等

アンケート調査 2回目



2021年 1月4日(月)



対象者

クッキングキッズ参加者 親子3組 (大人4名)



方法

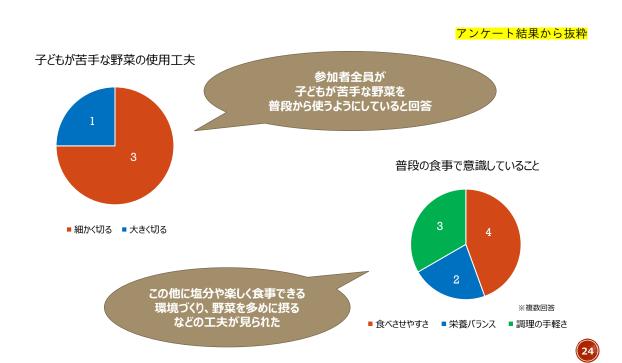
インターネットの アンケート機能を 利用

⇒参加者に送付



内容

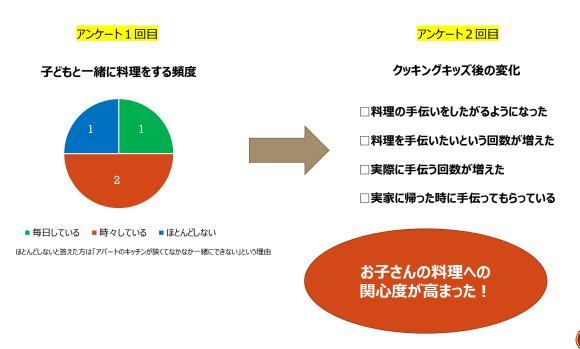
クッキングキッズ参加後 の食生活の変化等



アンケート結果から抜粋

- □普段使用する県産野菜の使用頻度は、クッキングキッズを通しても大きな変化は見られなかった
- □農家さんや八百屋さんの取材記事への反応は良かったが<u>購入までは至らなかった</u> (理由:購入するチャンスがない、子どもが多く残す可能性がある、実家からもらう)
- □参加したお子さんの好きな野菜について加熱すると<u>甘味が増す野菜</u>が多く書かれていた (例:トマト、ねぎ、にんじん、かぶ、じゃがいも、だいこん 等)
- □食生活スタイルは全員「内食」と回答していた

25



また開催してほしいです!



アンケート結果から抜粋



とても楽しかったです。<u>普段野菜を食べてくれない息子も、いつもより</u>食べてくれて嬉しかったです。



子どもが楽しくできたと言ってくれて、参加してよかったなと思いました。 高校生のお兄さん・お姉さんと一緒に作る貴重な経験ができて良かった です。優しく教えてくれてありがとう。



考察

【食・健康について】

- ■食への関心について考える小さなキッカケづくりをした
- ■料理イベントのキッカケを作ったことによって参加者の気持ちだけでなく 実際の食生活も変えることが出来た
- ⇒今後もこのようなキッカケを**積み重ねる**ことで青森の健康課題を解決出来るのでは?



考察

【青森市の魅力】

- ■健康課題を解決することにより青森市のイメージを向上させる
- ■まちづくり = 経済発展だけではない、まずは自分の住みたい「まち」にする
- ■「まち」は人で出来ている、**元気な「まち」を作るには元気な人が必要**

青森市って不健康なイメージが多いから 元気な人が少ない?



29

今回の課題

- ■クッキングキッズで事前準備が不足していた(調理工程・メニューの把握)
- ■パンフレット作成の計画不足、見通しを立てるのが難しかった
- ■個人での活動不足、全体でのスケジュール調整に重きを置いていた

皆の意識を変えるには、短期的ではなく長期的な活動(繰り返す)が 出来れば良かった・・・

実践プロジェクトを通して

- ■自分で収穫した野菜への愛着
- ■食材の大切さ
- ■農家さんの想い
- ■一次産業への関心
- ■スーパーで野菜を買う時に産地を見るようになった
- ■農業に関わる仕事への興味 等

私たちが今回感じたことを これからの青森市を担う高校生・大学生にも知ってもらい 体験することで「青森市のまちづくり」にも繋がるのでは・・・



提案

「収穫体験」をクリエイトのプロジェクト活動として提案

<利点>

- ■青森市の魅力発見!
- ■一次産業従事者の人柄・温かさ、生産物への想いを知ることで青森市の
 - 一次産業を支えている方々の存在を知る
- ■クリエイトの<u>活動の幅を広げる</u>



知れば変わる!!

まとめ

- ■食への情報に関心を持ってほしい!
- ■身近な<u>地元の魅力</u>に目を向けてほしい!
- ■野菜の魅力・美味しさをもっと知ってほしい!
- ■**小さな頃から野菜を食べる大切さ**、どの世代も大切!







