



3月6日、目利きを学んで野菜の購買体験&横浜食材を使って調理体験 横浜市で親子食育体験イベントを開催

主催 / サンケイリビング新聞社、神奈川県
協力 / 日清オイリオグループ、JA横浜、「ハマッ子」都筑中川店

女性のための生活情報紙「リビング新聞」を発行するサンケイリビング新聞社(所在地:東京都千代田区、代表取締役社長 和田直樹)は、日清オイリオグループ株式会社と食育推進活動に取り組んでいます。

今回で13回目を迎えたこの活動では、小学生親子を対象に食体験コーディネーターの鶴岡佳則さん(以下、鶴岡さん)による地元食材の紹介や料理教室などを通じ、食の大切さを伝えています。

3月6日にJA横浜「クッキングサロン ハマッ子」(横浜市)で開催したイベントでは、10組の小学生親子が横浜野菜の目利きポイントを学び、実際に野菜の直売所で購買を体験。その後、横浜野菜や横浜ブランド豚「はまぼーく」を使った調理体験を通して、地元の食材の魅力を学びました。

◆野菜の目利きのポイントを学んで購買体験

鶴岡さんとJA横浜「ハマッ子」都筑中川店の草野雄一店長が、横浜で採れる野菜とその目利きのポイントを教えてくださいました。「小松菜は横浜が生産量日本一。葉の厚みをチェックして」「トマトは先端から放射状に広がる白い線が入っているものを」「キャベツは芯の切り口が500円玉くらいの大きさであることがポイント」など。

そして併設の直売所で、学んだばかりの目利きのポイントを確認しながら実際にお買い物。親子で4種類の野菜を購入しました。



◆横浜の食材を使って調理体験



次に料理研究家の鈴木佳世子さんの指導のもと調理体験。「はまぼーくチーズカツレツ」「旬野菜のジャーサラダ」「小松菜とバナナのカップケーキ」「お花パン」の4品に挑戦。

調理に使った油は、早摘みグリーンオリーブの使用が特長の「ポストエクストラバージンオリーブオイル」と、油切れが良くカロリー対策ができる「日清ヘルシーオフ」。

「カツレツがカリッとしておいしい」「野菜を全部食べた」と子どもたち。保護者も「4品もつくれて感激」「横浜の食材ってたくさんあるんですね」と充実の内容に満足の様子でした。

◆食育教室

鶴岡さんから、クイズを交え「食」について教えてもらいました。

日本の食料自給率は約4割で、食べ物の約6割は世界中から輸入されていて、食べ物の大量・長距離輸入によって輸送時に大量のCO2が排出され、環境負荷が大きな問題になっていることを紹介。そのCO2の排出量削減には、地元食材を積極的に食べることが役立つことを教わりました。

また、毎回好評の「匂い当てクイズ」も行われました。紙コップの中に食材を入れ、アルミホイルで閉じ、小さく開けた穴から匂いを嗅いで、中に入れたものを当てました。「中身を当てることも大切ですが、どんな匂いがするかを感じ、考え、表現することが大切」ということを教えてもらいました。



◆【参加者からのアンケートのコメント】

「野菜の目利き、今後に役立てて行きたいと思います。地産地消をしたい」(40才・女性) / 「はまぼーくやはま野菜、本当においしかった。家でもレシピを使ってまたお料理しようと思います」(46才・女性) / 「娘とゆっくりクッキングができてよい経験になりました。食べることが大好きな家族なので、食材を選ぶところから一緒に楽しみたい」(41才・女性) / 「小松菜はあまり好きではなかったけれど、バナナも入れてカップケーキにしたら小松菜が大好きになりました」(11歳・女性) / 「新鮮な野菜の目利きについて知れたので、これからはお母さんとお買い物に行くときにいっしょに野菜を選ぶのを手伝いたい。さらに、このごちそうを家族のみんなにつかってあげたいです」(11歳・男性)

◆本リリースに関するお問い合わせ先

サンケイリビング新聞社 営業1部 担当:本橋 TEL:03-5216-9141 FAX:03-5216-9250 E-mail:living-event@sankeiliving.co.jp