

地域に根差した食育活動の展開

柴田学園大学

生活創生学部 健康栄養学科

今村 麻里子



TEL 0172-33-2289

FAX 0172-33-2486

e-mail m-imamura@shibata.ac.jp

キーワード

食と健康 食育 調理 食文化 郷土料理 青森県

研究内容・実践活動

「地域に根差した食育活動の展開」を柱に研究・活動を進めています。

青森県の地域課題として「短命県返上」が掲げられています。健康で長生きしたいとの思いは誰しもの願いであると思いますが、一朝一夕に問題解決を図ることはできません。食生活を始めとする健康意識の向上を推進し、子どものころからの食育、地域風土に合致した食生活スタイルの工夫、地域内外の人々との交流などを通じた食生活の維持・改善など様々な取り組みを展開しています。

近年では、「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録され、地域の食材や食文化に関する社会的関心と、それらを保護・継承していく意義が高まっています。「青森県の食事はこう」と一言で片づけてしまうのではなく、「地域の食文化はどのように築かれてきたのだろうか?」「多様化する食意識に対して、なぜそれを好み、今後の食生活に活かすためにはどのようなアプローチをすれば受け入れてくれるだろうか?」「地域の食材はどのようなものがあり、食に取り入れられてきたのだろうか?」が研究の出発点です。地域の皆さんとの食育活動を通して知り得た「食」の文化や歴史を調査・分析しこれからの地域の食のあり方を追求します。



主な活動

▷親子食育クッキング 柴田学園大学公開講座・出前講座

▷おさかな食育クッキング (株)弘前丸魚 共同研究・公開講座

主な研究・調査

▶女子大生の食事摂取状況とその内容からみた課題

▶調理の悩みに向き合う時短・だし活メニューの検討

レシピ開発・提供

▶食育啓発冊子「AOMORI おうちごはんBOOK」若年層向けレシピ

▶弘前市学校給食レシピ開発一学ぶ力と体力アップの学校給食ー など