



大阪ガスネットワーク

## 2022 和ごはん月間 ～Let`s!和ごはんプロジェクト～活動報告

Daigasグループでは「いただきます」で育もう。をスローガンに地域と連携した様々な食育活動を展開しています。子どもたちを中心に身近・手軽で健康的な「和ごはん」の良さを伝えることを目的に、11月は下記活動を実施しました。

(2022年4月以降、大阪ガス㈱の食育活動を大阪ガスネットワーク㈱が継承し推進しています。)



### Let`s!和ごはん PJ×Daigasグループ 大学生による『和ごはん・食育プラン』の開催ならびに 農林水産省主催のイベントに出展

和食の良さ・食の大切さ・料理の楽しさを学び、次世代へ伝承することを目的にLet`s!和ごはん PJと連携して甲南女子大学生生活環境学科 濱口ゼミの学生さん向けに座学編・実習編・実践編(1月予定)の一連プランを実施。

〈座学編〉『和食だし体験講座』及び農林水産省様による『Let`s!和ごはんPJについて』等を受講後、実習編に向けてのグループワーク・発表を行った。

〈実習編〉班毎にだしの素材を使い地産地消・旬・郷土料理等を意識して考えてきた“一汁一菜～シンプル和ごはん”を買い物から調理までを行う『クッキングゲーム※1』、及び『昆布屋さんによるだしの味覚体験レッスン』では昆布(利尻・羅臼・長・日高・天然真・促成真)・鰹節(荒・本枯)・煮干して取った出汁の飲み比べと素材(だしを取る前・後)の試食を行った。

ゼミ生は座学編・実習編を通じて得られた成果をまとめた動画を作成し大学のInstagramに掲載。併せて、期間中に大阪で初開催されたLet`s!和ごはんプロジェクトのリアルイベントにも濱口ゼミと協同出展し一連の活動などを紹介した。

※1. [大阪ガスクッキングスクールの「クッキングゲーム」プログラム](#)

[詳細はこちら](#)

#### ① 和ごはん月間企画 (大阪ガスクッキングスクール主催)

- ・ ハグミュージアム 「Let`s!和ごはんクッキング」(後援:農林水産省近畿農政局)

11月12日(土) 大人対象 『自宅で手作り 気軽に毎日発酵食品 むか漬け』

11月27日(日) 親子対象 『大阪産(もん)をつかって 親子でLet`s!和ごはんクッキング』

#### ② 小学校を中心とした出張授業 (各講座の人数は申込時の数)

##### 【和食だし体験講座】

昆布と鰹節で取っただしの味覚体験、和食や味覚について、だしのうまみや健康効果等について学習をして、昆布と鰹節からだしを取ったみそ汁とだしがらを使った佃煮作りを実習します。



月日	学校名	学年	クラス	人数	担当地区
10月31日(月)	西宮市立春風小学校	5	1	36	兵庫
11月 1日(火)	西宮市立春風小学校	5	2	72	兵庫
	三田市立三輪小学校	5	2	61	兵庫
	向日市立第3向陽小学校	5	2	55	京滋
	泉佐野市立中央小学校	5	2	54	南部
2日(水)	泉佐野市立中央小学校	5	1	28	南部
	尼崎市立大島小学校	6	2	73	兵庫
4日(金)	岸和田市立東葛城小学校	5・6	1	19	南部
7日(月)	八幡市立南山小学校	5	2	46	京滋
8日(火)	大阪青山大学		1	4	北東
	富田林市立富田林小学校	5	2	44	南部
	奈良県生駒台小学校	5	2	70	北東
	高砂市立北浜小学校	5	1	39	兵庫
9日(水)	高砂市立北浜小学校	6	2	52	兵庫
	近江八幡市立老蘇小学校	5	1	27	京滋
10日(木)	奈良県生駒台小学校	5	2	70	北東
	亀岡市立吉川小学校	5・6	1	6	京滋
14日(月)	和泉市南松尾はつが野学園	中1	2	47	南部
15日(火)	豊郷町立日栄小学校	6	2	70	京滋
	尼崎市立大島小学校	5	2	66	兵庫
	岸和田市立太田小学校	5	2	64	南部
16日(水)	和泉市立横山小学校	5	1	24	南部
	尼崎市立大島小学校	5	1	33	兵庫
	姫路市立御国野小学校	5	1	32	兵庫
17日(木)	明石市立花園小学校	5	2	71	兵庫
18日(金)	姫路市立御国野小学校	5	2	66	兵庫
	湖西市立三雲東小学校	5	2	62	兵庫
21日(月)	尼崎市立難波の梅小学校	5	1	38	兵庫
22日(火)	尼崎市立難波の梅小学校	5	2	75	兵庫
	姫路市立網干小学校	5	2	79	兵庫
	神戸市立丸山ひばり小学校	5	2	49	兵庫
	近江八幡市立武佐小学校	5	1	27	京滋
	富田林市立喜志小学校	5	2	57	南部
24日(木)	阪南市立舞小学校	5	1	35	南部
29日(火)	堺市立福泉中央小学校	5	2	60	南部
	甲賀市立小原・多羅尾・朝宮小学校(合同)	5	1	14	京滋
	東大阪市立加納小学校	5	2	81	北東
30日(水)	東大阪市立加納小学校	5	1	40	北東
12月 1日(木)	西宮市立浜脇小学校	5	2	82	兵庫
	堺市立福泉中央小学校	5	1	31	南部
12月 2日(金)	神戸市立榎野台小学校	5	2	60	兵庫
	奈良市立鶴舞小学校	5	2	55	北東
	西宮市立浜脇小学校	5	2	82	兵庫
	和歌山市立楠見西小学校	5	1	24	南部

【エコ・クッキング】 ※「エコ・クッキング」は東京ガス(株)の登録商標です。

環境に配慮した「買い物・調理・食事・片付け」として、地元でとれた旬の食材を選び、ゴミを減らす工夫や資源を無駄にしない方法を学習し、鍋で炊くご飯・みそ汁・だしを取った鰹節でふりかけ作りを実習します。

月日	学校名	学年	クラス	人数	担当地区
11月 2日(水)	高砂市立米田小学校	5	1	31	兵庫
4日(金)	高砂市立米田小学校	5	2	61	兵庫
7日(月)	泉南市立新家小学校	5,6	2	69	南部
8日(火)	東大阪市立英田南小学校	6	2	75	北東
9日(水)	京都市立竹田小学校	5	2	58	京滋
10日(木)	泉南市立西信達小学校	5	2	51	南部
11日(金)	東大阪市立西堤小学校	5	2	76	北東
	京都市立鞍馬小学校	5	1	5	京滋
14日(月)	姫路市立大津茂小学校	5	1	32	兵庫
15日(火)	姫路市立大津茂小学校	5	2	65	兵庫
16日(水)	京都市立醍醐西小学校	5	1	22	京滋
17日(木)	高石市立清高小学校	5	2	54	南部
	奈良市立済美小学校	6	2	30	北東
	寝屋川市香里ヌヴェール学院小学校	5	2	69	北東
18日(金)	寝屋川市香里ヌヴェール学院小学校	5	2	71	北東
	高石市立取石小学校	5	2	78	南部
21日(月)	京都市立養正小学校	5	1	17	京滋
22日(火)	宇治市立西大久保小学校	5	2	58	京滋
24日(木)	豊中市立少路小学校	5	2	75	北東
	京都市立松尾小学校	5	1	34	京滋
25日(金)	豊中市立少路小学校	5	2	75	北東
	京都市立松尾小学校	5	2	69	京滋
28日(月)	堺市立若松台小学校	5	1	31	南部
	精華町立精北小学校	5	2	59	京滋
30日(水)	神戸市立多聞の丘小学校	5	1	28	兵庫
12月 1日(木)	神戸市立多聞の丘小学校	5	1	28	兵庫

※ 校外学習として下記、大阪市立小学校の241名がハグミュージアムで受講  
 日吉小学校 6年(3クラス) 香籠小学校 5年(1クラス) 生魂小学校 5年(2クラス)  
 栄小学校 5年(1クラス)

【健康食育プログラム ～「〇〇〇しいみそ汁」をつくってみよう!】 ★NEW★

子どもたちが自ら考えて健康的な食生活を送れるよう学習し  
 煮干しの味覚体験やみそ汁づくりを実習し健康宣言をします。  
 おいしく栄養バランスのとれたみそ汁のヒントが「〇〇〇しい」に隠れています。



月日	学校名	学年	クラス	人数	担当地区
11月10日(木)	箕面市立西南小学校	5	2	70	北東
11日(金)	箕面市立西南小学校	5	2	70	北東
15日(火)	大阪市立堀江小学校	5	1	40	大阪
16日(水)	大阪市立堀江小学校	5	1	40	大阪
17日(木)	大阪市立堀江小学校	5	2	80	大阪
17日(木)	大阪市立東井高野小学校	5	2	67	大阪
18日(金)	大阪市立堀江小学校	5	2	80	大阪
24日(木)	大阪市立平野小学校	5	1	39	大阪
25日(金)	大阪市立平野小学校	5	2	77	大阪

### ③ その他の取組み

- ・ 飯坂食糧様主催「第5回 ほっこりマルシェ」に出展協力

日時：11月5日(土) 12:00~13:00

場所：飯坂食糧店頭(大阪府和泉市役所前) 及び [Instagram](#)でライブ配信

内容：ほっこりセミナーとして「簡単にできる Let's!和ごはんエコ・クッキング」

- ・ [日本さばけるプロジェクト実行委員会主催「海と日本さばける塾」](#) in 滋賀に開催協力

日時：12月3日(土) 10:30~13:30

場所：能登川コミュニティセンター(滋賀県近江八幡市)

対象：小・中学生の親子6組 12名

概要：魚をさばくという日本古来の調理技法を次の世代へ継承するとともに、豊かで健全な海を未来に引き継ぐアクションの輪を広げる取り組みとして、①基本のアジをさばく ②その土地ならではの郷土料理や地域の食材(琵琶湖固有種・ホンモロコ/ビワマス)を使った料理をつくる ③海にまつわる講義を実施されている中で、③の海にまつわる講義の一つとして和食だし体験講座を実施。

(2022年12月15日時点)