

毎月19日は「食育の日」です！

＊ ＊ みんなでできることから取り組みましょう ＊ ＊

今月は令和7年度に実施した、公民館での講座をご紹介します。

受講されたみなさんは、それぞれ食育に対する認識を新たにしていました。

この他にも、盛岡市内の各公民館では食育に関する様々な講座を実施していますので、ぜひご参加ください。

河南公民館

少年自然教室（農業体験）

【時 期】 令和7年6月14日(土)・9月20日(土)に農業体験を実施

【場 所】 滝沢市内圃場 ほか

【参加者】 小学4～6年生 15名

【内 容】 さつまいもの植え付け体験・収穫体験

春にさつまいもの苗を植え付け、秋に収穫を行いました。今年度はイノシシによる食害や天候の影響により、例年に比べて収穫量が少なく、生育が十分でないものも見られました。それでも自分たちで植えたさつまいもを収穫することで、作物を育てる苦労や食への感謝の気持ちを改めて実感できた講座となりました。

〈植え付け〉



〈収穫の様子〉

渋民公民館

親子でチャレンジ！料理教室

【日 時】 令和7年11月8日（土）

【場 所】 渋民公民館 調理室

【参加者】 市内の小学生とその保護者 9人

〈調理の様子〉



【内 容】 玉山地域特産『黒平豆』を使った 郷土食の料理教室

野菜を切り分け、もち米や黒豆を牛乳と塩を加えて蒸し器で蒸します。料理終了後は、皆で作った、ごはん、けんちん汁、講師の先生が用意してくれた里芋と黒豆のデザートを試食しました。

盛岡市では、毎年6月と10月を「もりおか食育月間」、毎月19日を「食育の日」と制定しています。

「食育で進めるもりおかの豊かな暮らしと健康づくり」を目標として市民総参加の食育を推進しています。

