

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 ＊ ＊

今回は令和6年度に実施した、公民館での講座と生涯学習課の研修をご紹介します。
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。

中央公民館

はじめての家庭菜園

- 【時期】 令和6年4月～9月まで全6回実施
【講師】 「はるみさんの畑」主宰 元中学校家庭科教員 佐々木 晴美 氏
【参加者】 40代～70代 10名
【内容】 楽しみながら、野菜作りにチャレンジ！
SDGsについても考えます。
受講者からは「植えから収穫後の後片づけの仕方や道具の使い方まで幅広く学ぶことができ、とても充実した内容で楽しかったです。」などの感想がありました。



〈収穫の様子〉



〈収穫した野菜と、野菜で作ったピザ〉



生涯学習課

家庭教育研修会 はぐ講座①

「幼児期の食事のポイント～おうちでできる食育！～」

- 【日時】 令和6年12月3日（火）
【場所】 都南公民館
【講師】 岩手県栄養士会福祉(児童)職域会理事 (滝沢市南巣子保育園栄養士) 藤原 美雪 氏
【参加者】 子育てに関わる方 12名

- 【内容】 幼児食について、生活リズムとバランスのとれた食事の大切さ、根菜や肉などの調理のポイント、おやつとの与え方など、実際に保育園で行っている調理方法や人気のメニューの紹介、園内で問合せが多い質問を参考に、幼児の保護者向けに詳しく説明していただきました。



〈研修の様子〉

盛岡市では、令和5年3月に第四次盛岡市食育推進計画を策定し、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。

