

令和6年度 盛岡市子ども未来基金助成事業活動報告書（～12月分）

事業名	親子で学ぶ「夢を叶える食事」～キッチンカーと共に～
事業者名	(株) DreamBase (D-BASEスポーツ教室) 「ユメカナキッチン」
事業の実績 (日時・場所、参加者、内容、参加者の様子など)	【10月5日～6日】 じゅしゅ開催イベントの、ひとり親世帯やキャンプ初心者家庭を対象とした「盛岡まちなか子どもキャンプinZOOMO」にて川村農園様提供のさつまいもを使った地産地消メニューを提供した。     【11月9、10日】 盛岡市動物公園ZOOMOで行われた「動物が暮らす森の公園～ZOOっと一緒に森づくり」のイベントにて地産地消の食材を使ったスープ・ポタージュやスイーツを出店した。  



【11月24日】

SoRaCafeにて幼児向け食育講座を開催。当日は子連れで参加していただき、大人はユメカナキッチン店主榎原夢花による食育講座、子どもはMCL盛岡医療福祉スポーツ専門学校子ども未来学科学生による食育紙芝居を行った。食育紙芝居は、内容をユメカナキッチンで考案し、作画・作成を学生が行った。大人向け食育講座では、大人10名子ども8名の参加となった。内容は以下の通りである。

●幼児向け栄養講座～幼児の体・心・脳は食事で決まる～

導入 挨拶 栄養クイズ

1章 幼児はどんな時期？

- ・からだの脳とお利口さんの脳の発達の真っ最中
- ・血や身体を作る・エネルギーを作る・からだの調子を整える食品をバランスよく食べることが大事

2章 つよい体をつくるには

- ・ビタミンや亜鉛で風邪をひかない
- ・カルシウム・タンパク質・ビタミンDをとって丈夫な骨に
- ・質の良いタンパク質で成長

第3章 脳を育む食事

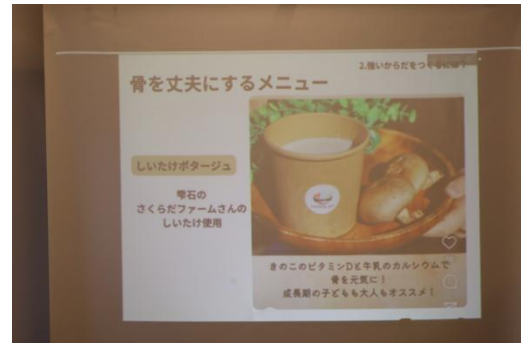
- ・毎日朝ご飯をしっかり食べよう
- ・鉄分で集中
- ・魚の油DHA・EPAをとる

第4章 心を育む食事

- ・カルシウムは精神安定剤
- ・血糖値の乱高下に注意 砂糖の取りすぎに注意

第5章 まとめのワーク

- ・今日勉強したことを生かして、1品メニューを作ってみる
- 幼児向け紙芝居 もりこのもりもりごはん
- ・栄養バランスの良い食事をとればからだが強くなってかけっこで1位になれる



全体を通しての感想（保護者）

講座の内容で印象に残ったこと、学んだことなど

食事に気をつけていたつもりだったけど、自分の好みもあり、不足していた栄養もあったので意識的に取り入れて行きたいと思いました。とても分かりやすく、納得できる楽しい講座でした。

全体を通しての感想（お子様）

楽しかったこと、学んだことなど

このおかずは何色かな？赤緑黄色ちゃん入ってるかな？って考えながら食べれるように頑張るうって思った！

全体を通しての感想（保護者）

講座の内容で印象に残ったこと、学んだことなど

身体だけではなく、脳や心にも栄養が関わっていることを改めて認識できました。特にビタミンDと日光の関係、冬は特に摂取する必要があることはこれからの季節意識したいと思いました。

全体を通しての感想（お子様）

楽しかったこと、学んだことなど

エピソードや必要量、メニューも具体的にイメージしながら聞くことができました。資料もわかりやすかったです！貴重なお話ありがとうございました！家でも栄養からフォローしてD-BACEさんでもパワーアップできたらと思うので、引き続き宜しくお願いします！本日はありがとうございました！

全体を通しての感想（保護者）

講座の内容で印象に残ったこと、学んだことなど

息子の痛風は砂糖の過剰摂取だということがわかり、対処法を考えられるようになったのでよかったです。息子とお菓子作りにチャレンジするきっかけになったので、とてもよかったです。

全体を通しての感想（お子様）

楽しかったこと、学んだことなど

お料理には3つのグループに分かれていてみんな満遍なく食べることが大事なんだ、ちゃんと食べよう

【12月21日、22日】

アイフルホーム盛岡北店入居者感謝祭にて出店。地産地消の食材を使っていること、子供の成長にも良い食事内容であることからお声がけいただいた。



事業の評価 (アンケートなどの結果,良かった点,課題など)	○下半期の目標でもあった食育講座を開催することができた。参加者からの評価も高く、価値のある活動であることが証明されたので今後も折を見て定期的を開催していきたい。 ○専門学校と連携して活動を行えたことで、来年以降も継続可能な体制を構築することができた。 ○食育活動を続けてきたことや、メニューやコンセプトに共感していただいたことからアイフルホーム盛岡北店様にお声がけいただくことができた。今後も子育て世帯に直接活動を届けられるチャンスをいただくことができる見通しがたった。 ▲当初予定していたジュニアアスリート向け食育講座が講師体調不良のため実施できなかった。現在2月の実施を目指している。
その他 (特記事項等)	・2月24日(月・祝)にジュニアアスリート向け食育講座を開催予定。