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」
	【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。
	岩 手 日 黎 2024年(介和6年) 10月7日(月曜日) <b>地</b> 閩 (12)
	親子キャンプ
事業の実績	無台は動物問
(日時・場所、	タ年 □ (の、宝川 70) 区 ひとり親世帯やキャンブ初心者向けの
参加者、内容、	子育て支援イベント「盛岡まちなか子ど もキャンプ」は6日までの2日間、盛岡 市新庄の市動物公園ズーモ(辻本恒徳園 長)で初めて開かれた。参加者は動物た
参加者の様子な	長)で初めて開かれた。参加者は動物たちや豊かな自然を身近に感じながら、非 日常の体験を楽しんだ。
ど)	初心者向け、子育て支援 散策や料理体験
	する難 い別通力れ会 と同会表ク みどっとりたシュケコ 麻 めいな ばりょはいきにも
	サイベント  サイベント  市内の現子ら組収入が参加し、ますはデントの設管がして、実好のにの音を出すべーでの天ぶらを協力して作り、全員で火を囲んで平らいた。  「ボロール作りに総さ、夕真に人をからないたの場合で、実践以外もの交流もので、実践以外もの交流もの、連れてきら良かった」と経経失かに、詩歩されは、日田にはよりもでは、日田にはよりもではのかなができなかった。とはませんで、表別以外の交流もの、連れてきらとを測ませた。イベントは一般社団法人クロスが厳固(係場撃士代を利達と大き、対したを発達ののが楽しか、上海を発達さられて、日田にはより下移の力になるの方にないた。とを測さらの力になるの方にないた。とを測さらの力になるが、とないの方にないた。とを測さら、一般で表の方になり、一般で表の方とには特別な思い日をつくてとは特別な思い日をつくてとは特別な思い日をつくてとは特別な思い日をつくてとは特別な思い日をつくてとは特別な思い日をつくてとは特別な思い日をつくてとは特別な思い日をつくの名の様の方になります。
	【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っと一緒に森つ
	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

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榊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?赤緑黄色ちゃんと入ってるかな?って考えながら食べれるように頑張ろうって思った!

#### 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、メニューも具体的でイメージしな 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っさいました! 第7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いたします! 本日は ありがとうごさいました!

#### 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

息子の癇癪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。







	○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に開催してい
事業の評価	きたい。
(アンケートな	○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
どの結果, 良か	とができた。
   った点, 課題な	│○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
(ど)	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	・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。
(特記事項等)	