

しまなみ健康塾 2025 in 大三島 「みんなで楽しく！おし寿司づくり体験」

今治市 しまなみ振興課

1 概 要

- (1) 開催日時 令和7年8月8日（金） 9：30～13：00
- (2) 開催会場 大三島公民館
- (3) 内 容
 - ・オリエンテーション（はじまりの挨拶、自己紹介）
 - ・管理栄養士による講話（栄養、郷土料理について）、献立説明
 - ・調理実習（おし寿司、せんざんき、ゼリーづくり）、試食

2 実施状況

当日は市内在住の小学生とその保護者7組と、5名の地区のボランティア（今治市食生活改善推進員大三島支部）が参加しました。

事前に班分けを行い、各班に1人以上ボランティアをつけたことで、調理中や試食中に世代間の交流をはかることができていました。参加児童は1～5年生と幅広くいましたが、管理栄養士による講話はどの児童にもわかりやすい内容であり、調理実習では保護者やボランティアによるサポートを得て、調理や盛り付け等積極的に行っていました。

参加した児童からは、「とても楽しかった」「家でも料理をしてみたい」、保護者からは「非常に満足した」「これからも子どもたちに食に興味を持ってもらえたらと思う」といった声がありました。参加者は、食べることの楽しさや喜びを体感することができ、食と健康について考えるきっかけになったのではないかと思います。

【実施状況写真】

