

. 食育推進ボランティアの活動を紹介します *.*



親子ふれあい食育教室



今年のKANAI弁当も、生徒のアイデアが詰まっています

完成！おいしそう!!



みんな だいすき！
なみえ焼きそば



なみえ (浪江) 焼きそば

金井祭で被災地支援

その町に伝わる地元B級グルメで、独特のソースと太い麺が特徴的な、とてもおいしい焼きそばです。

今回の金井祭では、生徒会執行部が中心となって、鎌倉市内に避難されている浪江町民の方々をお招きし、元気になっていただこうという企画が立ち上がりました。

そのメインイベントが、浪江町民の方々と生徒会執行部が協力してつくった「なみえ焼きそば@金井高校」!! 真夏を思わせる好天の下、中庭では空腹をそそるソースの香りに誘われて、まるで縁日のような焼きそばの屋台の前に、長蛇の列ができていました。

金井生や、来校されたお客さまも、被災地の名産品を食べて復興支援という取り組みにとっても興味をひかれた様子。これをきっかけに、一人ひとりが東北を元気づけるために何ができるか考えてもらえれば、きっと浪江町民の方々も喜んでくださることでしょう。

金井高校は、「正しい食生活を心がけている生徒は、心身ともに健康で、学習や部活動に意欲をもって取り組むことができる」という考え方にもとづいて、食育に力を入れています。

ほとんどの金井生は、毎日の食事をおいしくいただき、元気に体を動かし勉強に励み、高校生活を精一杯エンジョイしているのではないのでしょうか。

そんな元気あふれる金井生のなかから、「食べるのも作るのも大好き!」、「『食』の楽しさをみんなに発信したい」といった積極的な志を抱いている皆さんが、今年も食育推進ボランティアに名乗りをあげてくれました。

食育推進ボランティアは、金井祭でのオリジナル「KANAI 弁当」の販売に、早速大活躍! そして10月に開催される「わんぱくエコクッキング」では、近隣から集まった小中学生に、栄養たっぷりのおいしい料理を教える先生役を務め、11月の「親子ふれあい食育教室」でも、アシスタントとして活躍してくれる予定です。

ではここで、食育推進ボランティアの一員としてがんばってくれている1年生Aさんの声を紹介しましょう。

私は金井祭で、KANAI 弁当の販売を担当しました。

販売者は私を含め3人。同じ 11:30~12:00 のシフトのグループメンバーでした。

3人で校内を「KANAI 弁当金券 350 ワロタ! 安くて美味しくてお得ですよ!!」と言いながらまわっていたら、あっという間に4つのお弁当が売れました。

手作りのお弁当を買ってもらえた時のうれしさは、今まで体験したことのないものでした。

このように、学校に来てくださった地域の方々と交流する機会はありませんので、とても良い経験になりました。

今後も食育推進ボランティアに参加し、活動を続けたいと思います。

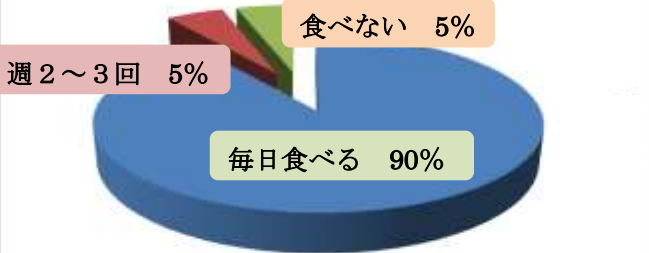
皆さんは、「なみえ焼きそば」をご存じですか?

東日本大震災による大津波と原発事故にみまわれ、多くの人々が困難な避難生活を続けている福島県浪江町。

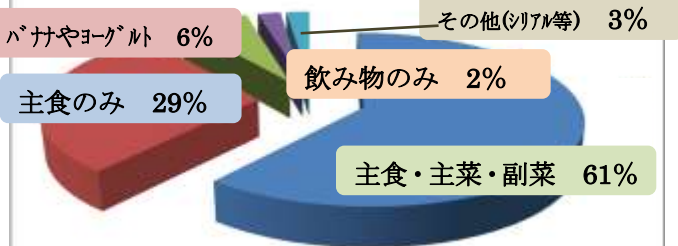


私たちフードデザイン選択者は、7月に全クラスの協力を得て、今年も「食生活アンケート」を実施し、集計・結果分析まで全部行いました。今回は、そのなかから、まだまだフレッシュな(!?) 1年生のアンケート結果を抜粋して報告します。なお、他学年の結果は、被服室前に掲示してありますので、ぜひ、ご覧ください！

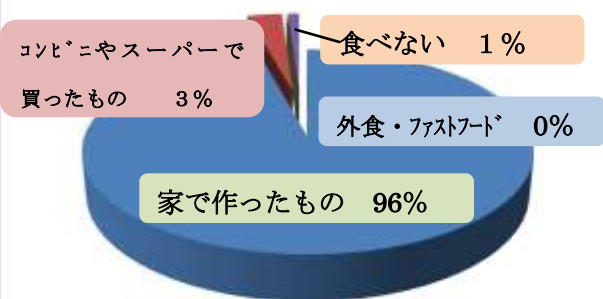
朝食は毎日食べていますか (男子)



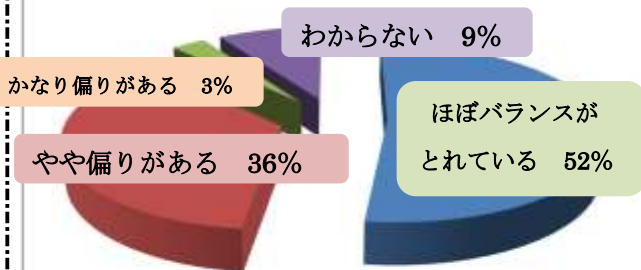
朝食はどのようなものを食べていますか



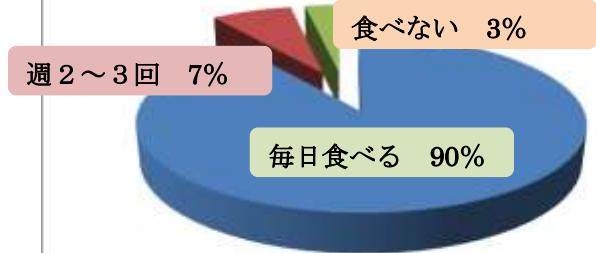
夕食はどのようなものを食べていますか



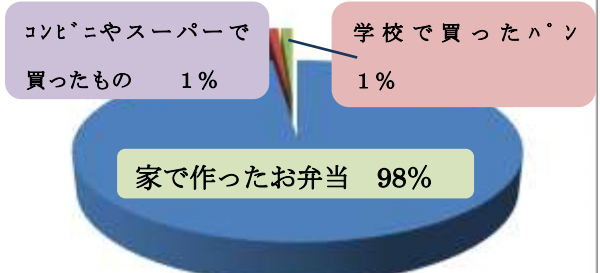
一日の食事は、偏った栄養素になっていませんか



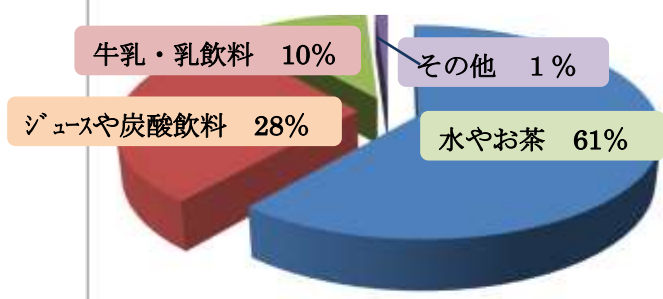
朝食は毎日食べていますか (女子)



学校での昼食はどのようなものを食べていますか



食事以外で、どういう飲み物をよく飲みますか



朝食は、ほとんどの人が毎日欠かさず食べています。それから、朝食時には、お茶よりも牛乳を飲んでいると答えた人が多かったです。

学校での昼食は、ほとんど家で作ったお弁当でした。毎日の食事の栄養バランスは、やや偏りがあると答えた人がいました。食事に必要な栄養がきちんと摂れるよう、いつも考えて工夫しましょうね \ (^o^) /

今回の食育&エコ Letter は、ちょっと写真が少なめですが、その分記事を充実させました！じっくりお読みください。



問い合わせ先

神奈川県立金井高等学校

地域連携グループ 岩田

電話 (045)852-4716 FAX (045)852-7748