

2015 フード探検隊～食べ物のお宝にせまろう～

2015 フード探検隊～お米のお宝にせまろう～

●フード探検隊

～食べ物のお宝にせまろう～●

(日時) 2015年 8月 23日 (日)

(場所) 西宮市中央公民館

(参加者) 小学4～6年生 (16名)

(学生スタッフ) 10名

私たちは春先から毎週、西宮市の農地に足を運び、野菜のお世話をしながら「食」をテーマに活動を進めてきました。学びの過程でメンバーが興味を持った、食品添加物に焦点をあてて一回目のイベントを企画しました。



はじめに、アイスブレイクをかねて自己紹介を行った後、物語形式で添加物についての講義を行いました。難しいお話でしたが、みんな真剣に聞いてくれました。さらに、子どもたちのさらなる興味を引き出すため、虫由来の赤いコチニール色素を取り出す実験やワインナーに含まれる着色料の検出実験を行いました。とても積極的に参加してくれていて嬉しかったです！



次に、市販の食品のパッケージに表示されている原材料名や成分表についての講義を行いました。原材料名の初めに書かれているものがその食品の中で一番多く含まれていることなどをお伝えしました。これからお菓子などを買うときに、裏の原材料名を気にかけてほしいと思います。また食品の真実にまつわるクイズを、班で協力して答えてもらいました。

次に、私たちが実際に野菜を育ててきたことから学んだ、栽培する大変さや、手作り野菜の美味しさを、参加者のみなさんに聞いてもらいました。



添加物を一切使用しないピザ作りでは、みんなとても協力的で、仲良く楽しく作ることができました。私たちの手作りの野菜をふんだんに使ったピザを、『おいしいおいしい』といっぱい食べてもらい、とても嬉しかったです。普段食べたことのない野菜を食べることができた子もいたようです。最後は、成分表の作成です。自分たちの作ったピザに何が入っていたか、どのくらい入っていたか、を思い出してもらい、実際に成分表を作成してもらいました。これも大いに盛り上がりました。



『ピザ作りが楽しかった。』『ピザがおいしかった。』という感想のほか、『添加物のことが学べてよかった。』『成分表の仕組みが知れてよかった。』などの感想も、たくさん聞くことができました。参加者の小学生のみなさんは、初めは、知らない人ばかりの中で緊張していたものの、一緒に実験を行ったり、クイズをしたりするうちに、緊張もとけていき、今日1日とても元気に楽しんでくれたと思います！

この度私たちが一番伝えたかったのは、添加物の真実です。『地域活性化』を最終目標とする私たちにとって、今日学んだ添加物の知識を、家族の人や友達、いろんな人に伝えてもらえたら嬉しいです。



●フード探検隊

～お米のヒミツにせまろう～●

(日時) 2015年10月31日(土)

(場所) 甲山農地

(参加者) 小学3～6年生(5家族 16名)

(学生スタッフ) 10名

2回目は普段私たちが作業している西宮市の甲山農地にて、お米に関するイベントを行いました。今回はほぼ毎日のように食べているお米についてや、米離れについての学習をクイズやディスカッションを通じて子どもたちに分かりやすく伝えました。また脱穀体験・粳摺り体験を通して、普段食べている白米になるまで過程を勉強しました。



はじめに自己紹介をした後、お米に関するクイズを行いました。ご家族内で話し合いながら、みんな楽しそうに答えてくれました。クイズに引き続き、世界で食べられているお米の種類や生産量についての講義を行いました。日本国内でのお米とパンの消費量のグラフを用い、近年の日本における米離れ問題も紹介しました。次に、お米の育ち方についての講義を行いました。苗づくりからはじまり、精米を行って手元に届くまでに、水の管理や草刈りなどの様々なお手入れが必要であることを、写真や実物を使って説明しました。私たちメンバー全員で行った田植えをしてみたの感想や、お手入れの大変さも自分たちの言葉で説明しました。



いよいよ、脱穀の体験です。脱穀とは、お米から粳殻を取っていく作業のことです。現在は機械で行うことが多いですが、今回は昔ながらの足踏みしきの脱穀機を使い、ご家族ごとに脱穀体験をしてもらいました。脱穀が終わった後は、粳摺りにうつりま

した。すり鉢のなかの粳をハンドボールで擦ると粳殻が出てきます。これも手作業で行いました。普段の生活においてはできない体験なので、みなさんとても楽しんで作業を行っていました。



お昼ごはんの時には、農地でとれた玄米・白米、芋ご飯を作って振舞いました。みんなおなかいっぱいになった後、外へ出て午後からのプログラムの1つ目の芋堀りを行いました。農地でとれたサツマイモは甘くてとてもおいしいです。ここで取れた芋は、各ご家族に持って帰っていただきました。



ハウスに帰ってきてから最後のまとめとして、お米の栄養や可能性についてお話ししました。市販されているお菓子がお米を使ったものなのかそうでないのかを考えてもらうゲームは、みんな大盛り上がりでした。さらに米粉を使って焼いたパンの試食もしていただき、参加者のみなさまの大満足の様子を見ることができ本当によかったです。



普段からよく口にするお米ですが、今回のイベントの参加によって、少しでも大事に思っただけなら幸いです。また、お米の消費をあげることにより、米離れという問題の解決への糸口となればと思います。参加してくださったみなさま、本当にありがとうございました。

