

## 参加者からの提案

専門職向けワークショップで実施したグループディスカッションでは積極的な意見交換が行われました。数ある意見の中から特徴的なものを紹介します。

味噌作りや切り干し大根作りなど、保育園で行っている食育活動を家庭でも実践してもらえよう、地域の親子に伝えていきたい。(保育所栄養士)

和食に対する“難しいもの”“面倒なもの”というイメージを取り払うために、簡単に作れるレシピを給食便りやホームページに掲載する。(保育所栄養士)

年配の方と若いパパ・ママが交流できる場を設け、和食文化の知識や調理の知恵を継承していく。(行政栄養士)

地域の食文化や行事食、食事のマナー等、毎月ひとつのテーマを決めてお便りに掲載し、和食の良さを伝えていく。(保育所栄養士)

保育士も巻き込みながら、子どもに食べさせるべき和食献立をしっかりと考え、積極的に給食で提供し、その取組をお便りでも保護者へ伝えていきたい。(保育所栄養士)

地域で「和食の日」を設定し、家庭で和食が提供されるように推進する。(行政栄養士)

子どもに人気の給食のレシピは家庭での実践率が高いため、子どもたちが家に帰って「今日の給食おいしかった」と話すような和食給食を提供する。(保育所栄養士)

乳幼児健診等の待ち時間を利用してパパ・ママに見てもらえるように、行事食や出汁についての資料を作成して会場のロビーに掲示する。(保健師)

## How

### ワークショップの流れ (例)



### 講師には地域と 繋がりのある人を

地域の風土への理解があり、地元産の食材や郷土料理にも知見のある講師を選定することで、地域の実情に合わせた講演を実施することができました。自治体として、継続的に食文化の継承を行う上でも地域の関係者と協力していくことは有効です。



## 専門職 向け

# ワークショップの進め方

第3次食育推進基本計画から、重点事項のひとつとして「食文化の継承に向けた食育の推進」が掲げられました。自治体や保育所での食育活動の一環として、パパ・ママや子どもたちへ食文化を伝えるためにはどうすればいいのか。本事業で保健師や栄養士の皆様を対象に「和食」をテーマとして実施したワークショップの概要をご紹介します。

## グループディスカッションの実践例

テーマ例：子育て世代へ和食の良さを伝えるためには

- **グループ分け**  
グループディスカッションの活性化を図るため、1グループ4～5人とします。職種が複数の場合はなるべく職種ごとにグループを組むとディスカッション内容がより充実します。
- **アイデアの抽出 (15分)**  
各自、子育て世代のパパ・ママへ和食の良さを伝えるためのアイデアを考え、付箋にアイデアを書き出します。付箋は1枚につき1アイデアを書きます。
- **アイデアの共有 (15分)**  
グループ内でアイデアを共有し、模造紙に貼っていきます。
- **アイデアの整理 (10分)**  
模造紙上にあるアイデアの書かれた付箋をグルーピングします。
- **アクションプランの立案 (10分)**  
グルーピングされたアイデアから良いものをピックアップし、誰がいつまでにどのように行動するかなど、具体的なアクションプランに落とし込みます。
- **発表 (10分)**  
グループ内で発表者を選出しグループごとに発表します。発表後、全体を通しての質疑応答を取ります。最後に講師の講評とファシリテーターの総括を行います。

## 体感できる内容を取り入れる

今回のワークショップでは、調理実演や試食、実習など、体感できる内容を積極的に盛り込みました。参加者のアンケート結果からも、体感することで理解が深まったようです。

## グループディスカッションを取り入れる

講演や調理実演を受けて、パパ・ママや子どもたちへ食文化を伝えるために、自分たちが何をすべきかを考え、意見を出し合ってもらいました。誰が・いつまでに・何を行うか、具体的なアクションプランに落とし込むことで、参加者の目的意識を高めることができました。

## ファシリテーターの役割も重要

グループディスカッションを行う上でファシリテーターが重要な役割を担います。食全般、和食文化、農業、家庭、子育て等、各分野にある程度の専門知識を持ち、個々人の意見を引き出しながら参加者が納得する結論を導き出すといった資質が求められます。初めてファシリテーションを行う場合は、まずは少人数から始め、事前にディスカッションの着地点を決めておき、それに向かって個々人の意見を尊重しながら柔軟に進行していきます。

## Who

### 子育て世代のパパ・ママに接点のある専門職に



## When

### 既存の研修を活用して

今回は、いくつかの自治体の協力を得ながら、既存の研修の場を活用して、「和食」をテーマとしたワークショップを実施しました。

## Where

## What

### 地域や職種の課題

専門職の皆様へのアンケートをもとに参加者の悩みに寄り添ったテーマの設定を行いました。今回は、「保護者の献立のレパートリーが少ない」、「出汁をおいしく引けない」、「保護者が和食を作る時間がない」、「塩分が高くなる」、「行事食や郷土料理がわからない」という悩みを解決する「料理人による短時間でもできる和食」、「和食の健康面の研究結果」、「年中行事の行事食」などのテーマを設定しました。