令和７年度 食育推進イベント 「ベジ★フェス ～野菜の魅力、菜発見！～」

〇目的

様々な経験を通じて「食」や「野菜」に関する知識や「食」を選択する力を習得する。生産者を講師に招き、生産現場への関心や理解を深めるだけでなく、食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人々の様々な活動によって支えられていることについて理解を深める。市内農産物の魅力の再発見や関心を深め、おいしく野菜を食べる方法等を知る事で、野菜摂取量の増加、健全な食生活の実現を目指す。

〇開催日時・会場

令和７年 12 月 21 日(日) 9:00～14:00 吾妻町ふるさと会館・講師の畑(ブロッコリー畑)

〇対象

小学 3～6 年生及び保護者 16 組(32 名)程度

〇当日参加者

10 組(計 25 名)

〇イベントの流れ



①講師より講話

生産者より、ブロッコリーの生産及び収穫方法など、講話をしていただき、雲仙市の農業について学びを深めました。



②収穫体験

実際にブロッコリー畑へ行き、収穫を行いました。トラクター乗車体験やドローン操縦体験も実施しました。



③調理実習

収穫したアブロッコリーを使用し、食生活改善推進員の皆さんと一緒に「ブロッコリーの混ぜごはん」、「雲仙の恵ピザ」、「中華風スープ」を作りました。



④学習(スタンプラリー)

食育関係課や県南保健所、橘湾中央漁業協同組合による学習ブースを設け、野菜の切れ端を用いたスタンプラリーなど、楽しみながら食育について学びました。

【学習ブース内容】

(a)１日の野菜はどのくらい食べたらいいのかな？

(b)食育に関するクイズ

(c)「雲仙こぶ高菜」を知ろう！

(d)わくわく！さかなタッチ

～ギョギョッと橘湾～

(e)歯と骨について

(その他)ベジチェック



⑤まとめ・発表

各班で１日を振り返りながらまとめ作業をして、イベントでの学びや講師へのお礼など発表を行いました。

感想（一部抜粋）

【子供】

・みんなとブロッコリーをしてたのしかったです。こんどもしたいです。

・ハギがおもしろかった。

・ドローンとトラックの体験で勉強になった。ブロッコリーおいしい。

・ドローンやトラクター、貴重な体験をみんなでできてすごく楽しかった。またやりたいです。おいしかった。

・楽しい。家で今日作った料理を作ってみたい。

・色んな人とごはんを食べたり、食改さんとご飯を食べたのが楽しかった。ブースでいろんなクイズをしたのが楽しかった。トラクターの体験やブロッコリーの収穫、ドローンを飛ばすのが楽しかった。

・ブロッコリーを取ったり、ドローンは風が強くてトラクターは運転は難しかったけど楽しかったです。

【保護者】

・盛り沢山の内容でとても楽しかったです。雲仙市は野菜の出荷量が県下一なのに、摂取量が少ないというのは非常に勿体無いと感じました。ベジチェックの数値が低く、腸年齢チェックの成績も悪かったので、反省してもっと野菜を食べようと思います。ブロッコリー農家さんの大変さもわかったので、感謝しながら頂きます。貴重な体験と立派なブロッコリーをありがとうございました！

・子どもと収穫体験出来て良かったです。

・食事に対する意識が高まる情報がたくさんあり、参加して良かったと感じました。

・とても楽しく参加させて頂きました。また参加したいです。

・今年も収穫、調理、学習と盛りだくさんの内容で大変良かったです。