

2019年3月22日に「#がめ煮つくろう」キックオフセミナーを開催しました！

1. キックオフセミナーの様子



- フランス料理レストラン「KEISUKE MATSUSHIMA」オーナーシェフ松嶋啓介氏を講師に迎え、プロジェクトのキックオフセミナーを開催しました。
- 来場したのは、食を通じた地域の健康づくりの担い手である食生活改善推進員や、学校の栄養・家庭科教諭等 170名の皆様。今後、子どもたちががめ煮の作り方や「食」の大切さを伝えていただく皆様に対し、高島市長から、本プロジェクトの趣旨と意気込みを語っていただきました。
- 松嶋氏と市長のがめ煮調理実演では、野菜にじっくりと火を通し、野菜本来の甘味を引き出す方法を実演するため、松嶋氏のレシピから砂糖を除いて調理することに。それでも十分甘みがある、と市長も大絶賛でした。
- その後、松嶋氏による「うま味」についての特別講演等も実施され、がめ煮を通じた食育の推進に向けて一致団結するキックオフイベントとなりました。

(参考) キックオフセミナーの動画 <https://www.youtube.com/watch?v=jtJTYDTSE94>

2. 今後の展開

- (1) 中学生を対象にがめ煮をつくる家庭科の授業を実施
- (2) 「#がめ煮つくろう」をテーマとして、食生活改善推進員による料理教室や、各区保健福祉センターによる健康・食育教室などを実施
- (3) 小中学生とその家族等による「がめ煮コンテスト」
- (4) 専用 web ページによる情報発信 (<https://www.instagram.com/gamenitsukurou/>)
⇒「#がめ煮つくろう」食育教室の様子などを発信予定

(参考) 「#がめ煮つくろう」とは

一生を通じた健康づくりの基本である「食」について考え、「食を通じた健康づくり」、「地元食材を日々の食事に活かす」、「食を楽しむ、福岡の食文化を伝える」きっかけ作りを目的として、福岡の郷土料理「がめ煮」を通じた家庭や地域での「食」への関心を高めていく新たな食育の取り組みです。地域の食生活改善推進員や学校の栄養・家庭科教諭が、子どもたちががめ煮の作り方や「食」の大切さを伝えていきます。



福岡の郷土料理「がめ煮」の特徴

- ・市民の約 95%が食べている
- ・福岡市域で広く親しまれ伝統がある
- ・多くの食材が使用され、特に多種多様な根菜類を摂取できる
- ・食材本来のうま味やだしを活かすことで減塩の工夫もできる
- ・お正月などお祝い事の時など家族や仲間食卓を囲む際にもよく作られる
- ・市内産食材の活用ができる