

学 生 部 門

平成29年度受賞

高崎健康福祉大学 健康福祉学部 健康栄養学科 神戸ゼミ

推薦者：高崎健康福祉大学長
活動をはじめた時期：平成22年8月

～活動報告～

「朝食」「おやつ」をテーマに、出前授業方式による調理実習を通じた食育活動を実施している。主に、小学生や中学生を対象に実施している調理実習は、各自が自分の料理を最初から最後までひとりで作る「個別調理方式」で行っており、ゼミの学生が主体となってメニューを考え、調理指導を行い、併せて「食品の働き」についても指導を行っている。

この食育指導により、受講した小学生や中学生は食品の働きについての理解を深め、保護者の食に関する意識を向上させている。また、各自が自分の料理を最初から最後までひとりで作る調理実習の成功体験から、受講者の家庭での実践にもつながっている。学生が主体となり、和やかな雰囲気を実習を実施し、複数の指導者が、きめ細かい指導を行っている。また、メニューは使用器具が少ない、小中学生でも一人で調理可能、家庭にある食材で応用可能など、手軽にできるように工夫されている。

一般消費者に対しては食品スーパーと連携して野菜摂取量増加に向けた取り組みを行っており、スーパー来店者に対して、実際に野菜を計測し、電子レンジで加熱して温野菜にして試食してもらうことにより、わかりやすい方法で消費者の野菜必要量や簡単な野菜の摂取方法に関する理解につなげている。

活動の様子

朝食指導（中学生対象）



おやつ指導(小学生対象)



野菜摂取量増加に向けた取り組み
(一般市民対象)