

## 「食育かるた」の制作とその活用について

[目的] 食育活動を支援する教材・玩具として「食育かるた」が全国的にいくつか考案されている。<sup>1)6)</sup> 子供からお年寄りまで誰もが楽しく学べてより親しみのある「食育かるた」の必要性を感じ、その制作と活用を目的とする。

[方法] NPO 法人日本成人病予防協会が認定する民間資格である健康管理士の関東圏の有志が読み句を考案し、イラストは東京聖栄大学の学生(杉田暢弘)が描いたものを基本として制作した。制作したものを実践に供した。

[読み句 (あ行)] あ：朝ご飯 食べて始まる 元気家族  
い：いただきます 感謝の心を 忘れずに  
う：薄味が 素材の風味を 引き立てる  
え：エプロンで 楽しくご飯作りの お手伝い  
お：お手てきれいに 食事の前の お約束

[現況と今後] 東京都内の中学校の授業をはじめ PTA や NPO の活動、大学での学習参考資料として活用しはじめており、「食」について遊びながら楽しく学べる点で好評を得ている。今後、修正すべき点は改善を加えて、さらなる活用を啓蒙していきたい。

[参考資料]

- 1) [楽天市場] 食育関連商品：[www.rakuten.co.jp/foodmodel](http://www.rakuten.co.jp/foodmodel)
- 2) 食育健美—食育かるたのご案内：[www.sikb.net/topics/karuta.html](http://www.sikb.net/topics/karuta.html)
- 3) 星食べよ 食育かるた当選者発表：[www.hoshi.ne.jp/home/campaign](http://www.hoshi.ne.jp/home/campaign)
- 4) 親と子の食育かるた 近畿農政局：[www.kinki.maff.go.jp/kyouyou](http://www.kinki.maff.go.jp/kyouyou)
- 5) ふじのみや食育かるた：[www.city.hujinomiya.shizuoka.jp/food/karuta](http://www.city.hujinomiya.shizuoka.jp/food/karuta)
- 6) 群馬の食育 遊びながら食を学ぶ「すくすくカルタ」のページ：[www.pref.gunma.jp/shokukaigi/06kids/karuta](http://www.pref.gunma.jp/shokukaigi/06kids/karuta)