



日時	平成26年5月24日(土曜日) 11:00~14:00	
セミナー名称	名古屋魚食セミナー	
主催者	国産水産物流通促進事業 大日本水産会	
場所	名古屋市中央卸売市場 中央管理棟2F	
対象者および人数	学校の先生 栄養教諭 食生活改善推進協議会 各種ボランティア 60名 スタッフ20名	
テーマ	魚の話 & 鮮度と味について 魚を使ったケータリング試食	
話した内容	<ul style="list-style-type: none"> 1)お魚の現状 1)煮干しの解剖 1)煮干し出汁&カツオ出汁 違い体験 1)鮮度の違う養殖カンパチ食べ比べ 1)養殖カンパチ解体 実演 1)魚を使ったケータリング試食 1)食育について話し合い <ul style="list-style-type: none"> 1)お魚マイスター & ミツオ:栄養士 共同講演 荷受け3社 	
会場の理解度・様子	<ul style="list-style-type: none"> 1)食育推進者:45名、学校関係:4名、栄養士:2名、その他8名 1)食育に携わっている人ばかりなので熱心 1)メモをとる人が多い 1)理解度は高そうである <p>札幌の魚食普及委員長 本田さん参加</p> <ul style="list-style-type: none"> 1)予算15万円 流促事業より <p>アンケート結果から塩分についての話が 多く寄せられているが 年配者と 子供では摂取基準が違うことを理解でき ない人が多く 指導者自身が「基準」に なっているようだ → 教育現場の矛盾</p>	
感想	<p>食育関係者を集めたが 魚に対する知識はあまりなさそう それぞれ立ち位置が異なるので魚食普及が波及的に 伝われば良いと思うが 確認方法が見当たらない</p> <p>セミナーが終わってからの問い合わせが数件きており 一定の効果はあったようだ</p> <p>青年会の代わりに 販促加藤がカッターナイフで解体</p>	
使用した機器	専用PPを組む パソコン プロジェクター	



参加者性別：男性 3 名、女性：48 名

参加者年代：20 代 3 名、30 代 6 名、40 代 3 名、50 代 9 名、60 代 16、その他 14 名

参加者職業：会社員 3 名、公務員 4 名、団体職員 2 名、自営業 0 名、主婦 36 名、その他 6 名

1. 本日の魚食普及セミナーの開催をどこでお知りになりましたか。

- ・食生活改善協議会・食生活改善推進員連絡協議会
- ・食育推進ボランティアからの情報
- ・友人・知人
- ・愛知県の食育からの案内・メール
- ・食育の教室
- ・コープあいちからのお知らせ
- ・大日本水産会、魚食普及のホームページ
- ・職場
- ・栄養士（母）
- ・水産加工会社
- ・中部水産、神谷さんからの案内

2. セミナーの内容について感想をお聞かせください。

- ①お魚の話について： 大変満足 32 名 満足 18 名 普通 1 名 不満 0 名
- ②煮干しの解剖について： 大変満足 26 名 満足 23 名 普通 2 名 不満 0 名
- ③出汁の比較について： 大変満足 23 名 満足 23 名 普通 4 名 不満 1 名
- ④カンパチの食べ比べについて： 大変満足 44 名 満足 7 名 普通 0 名 不満 0 名
- ⑤試食・意見交流会について： 大変満足 17 名 満足 21 名 普通 8 名 不満 0 名 無記名 5 名

①お魚の話について

- ・知らない事が勉強になりました。

②煮干しの解剖について

- ・解剖＝生き物と思っていました。乾物でもできること、身近な食材でできることに驚きでした。
- ・初めてのことでした。
- ・煮干しが乾いていて、こなごなになって終わりました。

③出汁の比較について

- ・よくわかりました。
- ・具が多い。

④カンパチの食べ比べについて

⑤試食・意見交流会について

- ・同じサークルメンバーですわったので・・・

3. セミナーの中でもっとも印象に残ったものはどれですか。（複数回答あり）

- ①お魚の話について 20 名

- ②煮干しの解剖について 17名
- ③出汁の比較について 6名
- ④カンパチの食べ比べについて 25名 (内1名 さばき方)
- ⑤試食・意見交流会について 0名

4. 現在ご家庭では1週間に何回くらい魚料理が食卓に並びますか。

- ①5回以上 7名
- ②4回 11名
- ③3回 21名
- ④2回 8名
- ⑤1回 3名
- ⑥食べない 1名

5. 今後家庭での魚料理の回数を増やしたいと思いますか。

- ①増やしたい 25名

理由:

- ・アルバイトで食生活が乱れがちだから休みの日などに取れるよう心がけたいと思ったから。
- ・少ないと思っているから。
- ・子どもの食生活向上に対して。
- ・健康面。もともと魚の方が好きなので。
- ・魚に含まれる栄養なども健康によいと思うので。
- ・健康管理のため、摂取する脂を良質なものにしていきたい。
- ・メタボ改善に良いと思うから。
- ・メニューをもっと増やしたいですね。
- ・肉より魚の方が健康に良さそうなので (EPA・DHA)。
- ・健康のため。(健康に良い。体のため。)
- ・体内脂肪を減らしたい。
- ・DHA・EPAが豊富。
- ・ほぼ毎日食べています。
- ・若い人との同居なので、魚を食べる回数が少ない。
- ・高齢者二人なので。

- ②今のままでよい 24名

- ・肉と魚と交互に毎日献立をしているので。
- ・肉の日と魚の日と決めているから。
- ・毎日食べている。
- ・現状がちょうどよいバランスと思う。
- ・1日おきに肉、魚にしている。
- ・レパートリーが少ない。
- ・よいものが買いたいと思うと値段が高い。
- ・肉も週2～3回は食べたい。
- ・どちらかといえば肉より魚料理の方が多いので今のままでいいと思います。

- ・高齢に対しDHAを摂るように心掛けている。
- ・家族の構成上、魚と肉と交互に献立をたてるため。
- ・魚が好きなのでよく食べている。
- ・主人が魚をあまり食べないから。
- ・魚、肉考えて食べている。
- ・肉、魚を一日の料理の中で使うようにしている。

未記入 2名

その他

- ・教師を目指しているのので、食育の面や社会見学の面、教育学的な面で学ぶことが多くありました。確かに小学校では農林業に触れる機会が多くありますが、水産業に触れる機会は社会科で触れるぐらいなのでこういう食育から触れる機会を教育活動の中から探していきたいと思う。また、指導の仕方や言語の充実は学校で叫ばれていることなので、参考になるような指導方法を提示していただいております。社会科見学や授業の参考にもなりました。
- ・「食育」には正解がない。気づく、感じることが大切で、それをどう家庭（日常生活）に結び付けるか、だということがよく分かりました。聞くだけではなく、見る、触ることってポイントですね。普段の栄養指導、教室に活かします。
- ・本日はありがとうございました。新しい発見があり、とても勉強になりました。また、煮干しの解剖はぜひ参考にさせて頂きたいと思います。次回、また機会がありましたらぜひお知らせ下さい。他の職員にも声をかけ、参加させて頂きます。
- ・子どもたちに提示する資料として大変参考になるものばかりでした。今後も理解を深めていくことができると思います。
- ・もっとじっくり話を聞ける日程の研修があれば是非参加させてください。あいちの魚について知りたいです。
- ・とても勉強になりました。今後、今日教えて頂いたことを広められる栄養士活動をしていこうと思います。ありがとうございました。
- ・ちりめんじゃこは日がのぼる前にとるなど、市場ならではの話が聞けてとても楽しかったです。今後の活動に生かしていきたいと思います。
- ・魚はどうしても台所が汚れたり手間がかかるのでつい肉ばかり買ってしまいますが、魚のことをよく知ることでもっと食べたいと思いました。「食育」として教える方法なども子どもの目線になってとてもわかりやすく勉強になりました。ありがとうございました。
- ・今日にセミナーのために、たくさんの方が関わってくださっていることが印象的でした。貴重な経験でした。ありがとうございました。
- ・魚のおろし方の実演がわかりやすく、とても勉強になった。
- ・身近にある魚ではありますが、こういったお話を聞くことはなかなか無いので「お～」、「へ～」と驚きがいっぱいでした。今日は家に帰って子どもに「煮干し」を解剖して自慢したいと思います。
※キャンプでお魚をカッターナイフでさばいてみようと思います（笑）。
- ・神谷さんのお話がじょうずで、楽しく聞かせて頂きました。
- ・高齢者向けの食べやすい魚料理を教えてほしい。（えん下が難しくなっている人向け）
- ・子ども達への食育に興味があったのでとても参考になりました。質問、問いかけの仕方を教えていただきありがとうございました。

- ・食育の場面での工夫の仕方などとても役に立ち、これからのヒントになりました。ありがとうございました。
- ・「魚市場」へ行くということで、現場見学ができるのかと思ったけれど机上の勉強だけで少しさみしかった。
- ・皆さんに魚食を広めるポイントをたくさん教えていただきました。
- ・講義方法がスゴイ、おどろきでいっぱいです。もっと教えていただきたい。出前講座があれば参加もつとしたい。
- ・ありがとうございました。
- ・種々のことを知り感謝。
- ・スタッフの皆様方、お世話になりました。とてもよい勉強をさせていただきました。
- ・養殖魚について考えが変わりました。
- ・勉強になりました。
- ・セミナー開催計画中是非やって下さい。会の皆さんに参加してもらいたい。
- ・大変よいセミナーでした。この話を、又活動に生かしたい。
- ・色々勉強になり、食生活に生かしていきたいと思います。ありがとうございました。



