

イベントレポート

レタスクラブ編集部 暮らしの大学 ×フジッコ

昆布のチカラで一菜プラス！

「親子で昆布の味覚講座」

小学生の親子 14組が、だしの飲み比べと一汁三菜を体験

CMキャラクター“ふじっ子ちゃん”も登場

会場：2015年1月17日(土)KADOKAWA 市ヶ谷セミナールーム

フジッコ株式会社(本社神戸市:代表取締役社長 福井正一)は、レタスクラブ編集部が主催する読者参加型イベント「レタスクラブ編集部 暮らしの大学」とコラボレーションし、「親子で昆布の味覚講座」と題した講座を2015年1月17日(土)に実施いたしました。

本イベントは、昆布だしの魅力とその味の違いを子どもたちとその親御さんに知っていただくよう開催されました。当日は14組28名の親子が参加し、だしの飲み比べや一汁三菜メニューを体験しました。

イベントは、二部構成で行われ、第一部では「昆布だしの魅力・奥深さ」について、当社開発担当者よりセミナーと「だしの飲み比べ」体験を実施。第二部では、管理栄養士として「スタジオ食(く)」を主宰する牧野直子先生を講師に迎え、昆布を使った一汁三菜メニューを紹介いただきました。さらに、当日は特別ゲストとして、当社のテレビCMにも登場する、フジッコ和食啓発キャラクター“ふじっ子ちゃん”が登場、だしの飲み比べや調理のアシスタントを務めました。

<イベント概要>

- 名 称：レタスクラブ編集部 暮らしの大学 「一菜プラス！親子で昆布の味覚講座」
主 催：株式会社 KADOKAWA
日 時：2015年1月17日(土) 13:00～14:30
場 所：KADOKAWA 市ヶ谷セミナールーム(東京・市ヶ谷)
参 加 者：親子14組28名(小学生とその親御様)
構 成：第一部30分 第二部60分
講 師：第一部 フジッコ株式会社 開発本部技術開発課 福地彬美
第二部 管理栄養士・料理研究家 牧野直子先生
特別ゲスト：ふじっ子ちゃん(田牧そら)

■第一部:昆布のお話し+だしの飲み比べ体験

第一部のセミナーは、当社開発本部の福地が講師を務め、昆布の種類や栄養、だしについて講座を行いました。セミナーでは、子どもたちが普段見る機会の少ない昆布の原藻も紹介。原藻を初めてみる参加者も多く、大きな原藻に子どもたちも親御さんも驚きつつも、一緒に触ったり、香りをかいだりして楽しんでいました。「だしの飲み比べ」体験では、微妙な味の違いを見極めようと真剣な表情で、だしを飲み比べていました。

特別ゲストとして登場した“ふじっ子ちゃん”が、昆布にまつわるクイズを出題し、講師の福地が答えるという場面も。昆布の産地や昆布の日などの「昆布トリビア」に触れ、子どもたちは興味深そうに聞き入っていました。

■第二部:昆布でつくる和食“一汁三菜”試食会

第二部は、管理栄養士の牧野直子先生に、和食の基本のかたちである“一汁三菜”メニューを紹介いただきました。「一汁三菜は和食の基本。ごはんと汁物に、主菜、副菜、副副菜のおかずを組み合わせた、栄養バランスの良い献立」と、一汁三菜の栄養バランスの良さについて説明いただきました。

当日は、一汁三菜メニューとして、「鶏肉の塩昆布ソテー」「大豆・ブロッコリー・トマトの和風サラダ」「きんとき豆のヨーグルトのせ」「とろろ昆布のすまし汁」「ごはん」の作り方を実際に調理をしながら、教えていただきました。調理では、“ふじっ子ちゃん”もアシスタントとして、「きんとき豆のヨーグルトのせ」作りをお手伝い。きんとき豆をヨーグルトにのせる工程では、「これで、ヨーグルトに一菜！」と元気にお手伝いしてくれました。

試食は、“ふじっ子ちゃん”の「いただきます！」のかけ声でスタート。参加者の子どもたちは、「昆布の味がお肉にとっても合っていて美味しい」「お父さんにも作ってあげたい」と一汁三菜メニューに大満足。子どもたちの親御さんも「昆布を上手に使うと余計な調味料を使わなくていいと知った」と昆布の旨味の力に感心していました。最後に、牧野先生から「豆や昆布などは、市販の惣菜を上手に使うことで、手軽にバランスの良い献立が実現できるので、ぜひ家庭でも実践してほしい」とメッセージを送った。“ふじっ子ちゃん”は和食啓発キャラクターとして、「昆布や豆を一菜プラスすることで、バランスが良い食事になる。豆や昆布をしっかり食べて」と和食の良さを参加者にアピールしました。

<イベント当日の様様>



お問い合わせ先 フジッコ株式会社

責任者:食育推進委員会リーダー 新村 剛(しんむら たけし)

担当者:食育推進委員会事務局 村岡 路子(むらおか みちこ)

Eメール:m-muraoka@fujicco.co.jp TEL:078-303-5361 FAX:078-303-5904

ホームページアドレス:http://www.fujicco.co.jp