



第2回 食と農の一日体験塾

作成者：1年 空岡、山川、田中、前田

概要

10年06月27日(日)に白崎先生の引率のもとで宇城市三角町高野山の「石釜レストランよんなっせ」で食と農の一日体験塾が行われました。講師の宮田先生からの食に関する貴重なお話を聞いた後、みんなで熊本で作られた小麦を使ったパン作りやおにぎり、ピザ、バームクーヘン作りをしました。自然の素材を使ったおいしい食事を十分に味わった後、最後に甘夏狩りをして帰りました。

日程

薬学部キャンパス玄関→現地到着→宮田先生の講演→一日体験→甘夏狩り→現地出発→薬学部キャンパス玄関



パンの生地をこねています



バームクーヘンが出来ました



おにぎりを作りました



おいしいです♪



甘夏を探っています





パンもおいしいです★



宮田先生の講義



白崎先生も頑張っています



今回1年生と3年生、25名が参加しました。
とても充実した1日になりました！！

感想

・私はバウムクーヘンの作り方を全く知らなかったもので、竹からでる自然の油を利用し、ほとんど人の手を加えない状態で焼き上げることに驚きました。もっと機械や道具を使って作るものなのではと思っていたので、きれいに層を作りながら焼きあがっていくバウムクーヘンを見るのはとても楽しかったです。大きな甘夏を抱えて自宅に戻ってから、帰りに宮田さんに教えてもらったとおりに作った甘夏のマーメイドジャムは、毎日食べているのに飽きがきません。自分で作ったからなのか、ジャム瓶から取り出して食べる度にうれしい気持ちになります。こういう気持ちを大勢の人が味わえるようになれば、宮田さんの言う食の大切さが広まったということになるんじゃないかと思えます。By S.T.(1年)

・サプリメントで栄養をとる人も多いとTVで見たりもしましたが、やはりみんなと一緒にご飯を食べて栄養をとるのが一番だと思いました。体験を通して、やはりきちんとしたものを食べようと思いました。一人暮らしになると、面倒くさくなって、食事など即席麺ですませていたの、バランスのとれた食事を心がけたいと思います。By S.M.(1年)

・実際に食べて見て、余計なものが入っていないことや手作りのことや空気が美味しいことなどからか、やはりいつもの食事より格段に美味しいと感じました。特にピザが、しばらく冷凍のピザしか食べていなかったの、更に美味しかったです。自分たちでつくって、自分たちで食べることによって、ますます食について考えることができました。By H.S.(1年)

・昨年の参加したのですが、今年は連作障害の話など新しいお話がきけて、勉強になりました。コスト面ばかり気にして、品種改良や農薬の大量投入があたりまえに行われている現代において、このような食育を広める活動は貴重であり、重要だと感じました。By S.N.(3年)

・私たちは薬学出身者として、ある物質が体内でどのような活性を示すのか、どのように心身に影響を与えるのかを一般の人々よりも知っています。毎日の食事で口にすることは、私たちが体内に入れる最も身近な化合物であり、その食べ物の安全性を守ることは、私たちの健康に直結するものだと思います。薬を創り、育てるのも私たちの役目だと思いますが、普段の食生活の改善を促すことで、薬に頼る機会を減らすことも、私たちの役目ではないかと思いました。By M.T.(3年)

・食育がどれだけ多くのことを子どもたちに伝え、病気にかからない体をつくり、どれだけ価値のあることか、知らない人が多すぎる気がします。今回、同じ時間帯に子どもたちが来ていて、楽しそうにまき割りをしたり、ご飯を炊いたりしている姿を見て、すごく大事なことを体で覚えていくのだろうな、と思いました。小さいうちに自然体で素直に興味をもって取り組めることは、なによりも必要なことだと思うし、彼らは将来自分の子どもにも同じようなことを教えていきたいと思います。そして、自分の足で80歳まで歩き、病気にもなりにくいのだと思います。By N.M.(3年)

・宮田さんが何度もおっしゃっているのは、利益のみを追求するために手間ひまかけずに作られたものには命がなく、人間にとってもよくないということです。コストを削減し、できるだけ安く提供できるようにして作られた野菜、見た目をよくするために次の命となる芽をもぎ取られた野菜、私たちのまわりにはそういったものがあふれています。また、ジャンクフードと呼ばれるものもまわりに多く存在します。見た目がいいものに目がいつてしまうのはしょうがないことかもしれません。しかし宮田さんのおっしゃるように、この状態が続けば日本人はダメになってしまい、いずれは日本がダメになってしまいます。「食」は人間にとって切り離すことのできないものであり、「食」の問題を解決することでその他の問題の解決にもつながります。by A.O.(3年)