

「子育てコンソーシアム」第3回会合

## JF全漁連の食育と子育て応援



2019年1月16日  
全国漁業協同組合連合会

# JF全漁連の食育と子育て応援

(目次)

- 1．シーフード料理コンクール
- 2．小学生新聞を活用した魚食普及
- 3．プライドフィッシュWEBサイトを活用した消費拡大
- 4．第6回Fish-1グランプリ
- 5．その他消費拡大に向けたイベント

# 1. シーフード料理コンクール

お魚料理をより身近に感じてもらうことを目的に毎年開催。

お魚料理チャレンジ部門・・・浜のお母さんや子育て世代の主婦等が対象で、家庭への魚料理の普及が目的。  
 プロを目指す学生部門・・・食のプロを目指す中高生や栄養・調理専門学校生等が対象で、「料理の甲子園」とも呼ばれている。

## 第19回シーフード料理コンクール(2018年度)

- ・今年度のテーマは「のりと魚介藻類を使った料理」。
- ・応募数は3,000作品以上。
- ・「のり」には胎児の正常な発育に欠かせない栄養素で「妊婦のビタミン」とも呼ばれる葉酸をはじめ、ビタミン群やカルシウム、食物繊維が多く含まれる栄養豊富な食材で、赤ちゃんの味方です。

「のり」には「葉酸」が豊富に含まれています  
**「のり」は赤ちゃんの味方です。**

「葉酸」は赤血球の生産を助ける造血ビタミン。胎児の正常な発育にも欠かせないことから、「妊婦のビタミン」とも呼ばれています。

妊婦が摂るべきビタミン、「葉酸」。

「妊娠を計画している女性、または妊娠の可能性のある女性は神経管閉鎖障害のリスク低減のために1日400μgの摂取が望まれる」と記載されています。  
(厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015年版)」より)

食品	含有量(100gあたり)
焼のり	1,900μg
レタス	73μg
いちじく	90μg

「のり」には葉酸が100g中1,900μg含まれ、「のり」1枚(約3g)当たりでは、57μgになります。

全国漁連のり事業推進協議会  
私たちは日本の養殖水産物とともに食卓でおいしく健康の味方をしています。



実技審査の様子



最優秀賞受賞者



お魚料理チャレンジ部門 最優秀賞  
 「のりのオムレット&鯖でチリコンカン風」



プロを目指す学生部門 最優秀賞  
 「マスカットカマス巻き海苔のバルサミソース」

受賞したレシピを編集して、イベント等で配布

## 2. 小学生新聞を活用した消費拡大

朝日新聞と連携し、「朝日小学生新聞」内で月1回発行されている「朝日おかあさん新聞」に、魚の面白料理や魚の栄養面・健康面に関する企画を掲載することで、魚に興味を持ってもらい、子育て支援に繋げていく。



### 「湯煮で魚料理革命」(2017年6月号)

魚の伝道師「上田勝彦氏」による、面白料理「湯煮」を紹介。

読者の感想(一例)

- ・魚料理と言えば、焼く・揚げる・煮付けしか知らなかったもので、湯煮を初めて知り衝撃を受けました。(京都府京都市)
- ・つい忙しく簡単な料理ばかりになりがちですが、子供の食育を考え、また私たち大人の健康にも魚料理をどんどん取り入れていこうと思います。(山口県下関市)
- ・早速、家で作ってみて、栄養たっぷり、同居の両親や子供たちにも好評でした。(宮城県仙台市)



### 「魚の油が脳にも美容にもイって本当ですか？」(2017年10月号)

医学博士「大和田潔先生」による、魚の油(オメガ3)の効果を紹介。

読者の感想(一例)

- ・手軽にオメガ3を摂取できるコツは非常に参考になりました。毎日食事に取り入れていきたいです。(愛媛県松山市)
- ・魚の油が脳にもイという話は子供たちも興味津々で、自発的に魚を食べるようになりました。(神奈川県相模原市)
- ・子供にもっと魚を食べてほしいと思っているので、「ほら、ここにも魚の栄養成分の事が書いてあるよ」と教えたらせっせと読んでおりました。(東京都江東区)

# 3. プライドフィッシュWEBサイトを活用した消費拡大

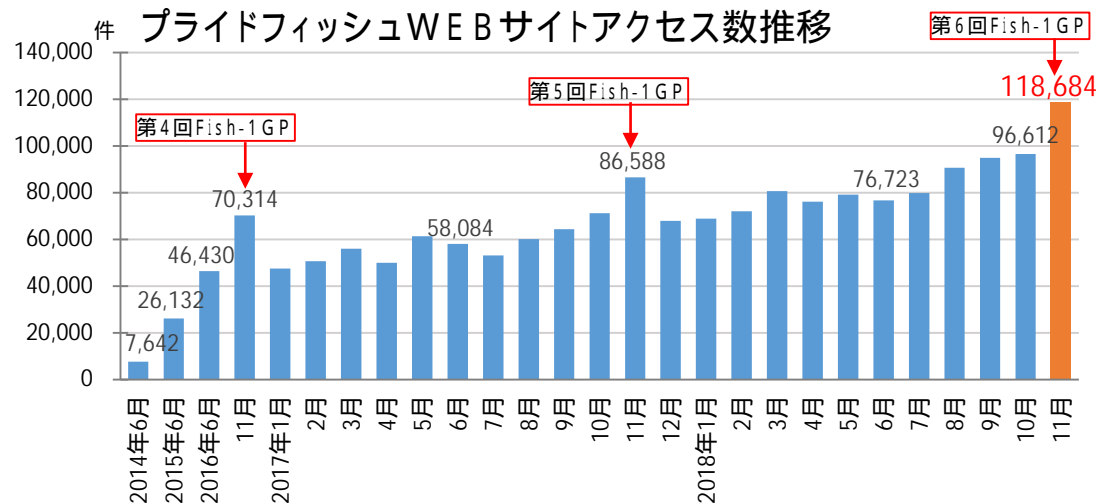
子育て世代の主婦や子供たち等においしい魚の情報を分かりやすく紹介する「プライドフィッシュ」WEBサイトを2014年に開設。

- ・全国各地のJFグループ(漁連・漁協)が今一番食べてもらいたい魚を、季節ごとに漁師自慢の魚「プライドフィッシュ」として選定し、2018年12月末現在40都道府県(42会員)で260魚種が公開中。
- ・アクセス数は様々なイベントやコンテンツによる取り組みによって、年々増加し、第6回Fish-1グランプリを開催した2018年11月には、118,684件に達した。



## プライドフィッシュWEBサイトコンテンツ

- ・全国のプライドフィッシュ
- ・さかなクンのおさかな広場
- ・ウエカツレシピ
- ・プライドフィッシュが食べられるお店・買えるお店
- ・プライドフィッシュと地魚のおいしいレシピ
- ・全国のイベント情報



## 4. 第6回Fish - 1グランプリ

肉フェスに代わる魚の一大イベントとして毎年開催。今年度は11月25日に日比谷公園で「ジャパン・フィッシャーメンズ・フェスティバル」と同時開催し、約6万人が来場した。

(ジャパン・フィッシャーメンズ・フェスティバルは11月22日～25日に開催。4日間の来場者数約16万人)

### 漁師自慢の魚プライドフィッシュ料理コンテスト

- ・子育て世代の主婦や子供たち等に魚の本当のおいしさを伝えるため、JFグループが取り組む漁師自慢の魚「プライドフィッシュ」を使った、ご当地の漁師めしや浜料理のコンテストを開催。
- ・今年度グランプリは「銚子つりきんめ煮炙り丼」(JF銚子・JF千葉漁連)が選ばれた。

### さかなクンのステージイベント

- ・子供たちに魚のおいしさを知ってもらうため、JF全漁連の魚食普及推進委員でもあるさかなクンによる、親子参加型の魚のクイズやトークショーを毎年実施。

### タッチプールを活用した体験学習

- ・子供たちに魚介類に興味を持ってもらうため、磯に生息する魚介類に触れることができるタッチプールを設置。
- ・鴨川シーワールドの子ウミガメに触れることができるブースを設置するなど、親子で体験・共有できる場を提供。



グランプリ 「銚子つりきんめ煮炙り丼」

## 5. その他消費拡大に向けたイベント

魚に興味を持ってもらい、実消費に結びつけるため、様々なイベントや取り組みを実施。

### ふるさとの食にっぽんの食全国フェスティバル

- ・NHKやJA全中等との共催で毎年3月にNHK放送センター・代々木公園にて開催。親子参加型の貝殻お絵かきやロープワーク体験等を実施。今年度は2019年3月9日・10日に開催予定。

### 食育推進全国大会

- ・第13回大会が2018年6月に大分県にて開催。来年度は山梨県で6月29日・30日に開催予定。

### 全調協食育フェスタ

- ・第8回フェスタが2018年2月に池袋サンシャインシティにて開催され、上田勝彦氏によるセミナーやプライドフィッシュ等の紹介を実施。

### 実りのフェスティバル

- ・第57回フェスティバルが2018年11月2日・3日に池袋サンシャインシティにて開催。

### ジャパン・インターナショナル・シーフードショー

- ・第20回シーフードショーが2018年8月に東京ビッグサイトにて開催され、親子スタンプラリーに協力。

### さかなクンのお魚講座(DVD)を活用した実演販売等の実施

- ・全国各地の百貨店や量販店、魚屋等で実施。

……等

その他、全国各地のJFグループで開催されるイベント等で、子育て世代の主婦や子供たちに向けた魚食普及や消費拡大を推進！



ロープワーク体験(ふるさとの食にっぽんの食)



貝殻お絵かき体験(食育推進全国大会)



親子スタンプラリー(シーフードショー)