

高南地区農村女性リーダー協議会

(あくさいオアシス)

地区の紹介

四万十町と中土佐町大野見地域の女性リーダー22名で構成し、子どもたちに食の楽しさ、大切さを伝える活動に取り組んでいます。

また、地域の中で仲間を広げながら、自分たちのスキルアップを目指した活動にも取り組んでいます。



平成20年4月17日

高南農業改良普及所において、高南地区農村女性リーダー協議会の第1回目定例会を開催しました。

定例会では、平成19年度の地区委員さんから、県のネットワークの報告や今年度の活動計画、女性リーダーの候補者などについて話し合いを行いました。

今年は、野菜カルタを作成し、食の楽しさ・大切さを子ども達に伝える活動に取り組んでいくこととなりました。



平成20年6月～12月

野菜カルタ作成に向けてのタイムスケジュールや役割分担、食育活動の演習、小学校の選定などについて話し合いを行いました。その結果、ショウガなど四万十町の基幹品目を中心とした、15品目の野菜カルタが完成し、2つの小学校で、食育活動を行うようになりました。

平成21年1月13日

協議会のメンバーを対象に、女性リーダー自らが講師となり、地域の野菜を使ったお菓子づくりを行ないました。あっという間に4種類のお菓子が完成しました。



武市由美さん考案の「かぼちゃのパウンドケーキ」



中越多恵子さん考案の「米粉を使った生薑のシフォンケーキ」



山崎徳子さん考案の「人参ケーキ・ショウガ糖」



平成21年1月27日

四万十町立丸山小学校の3年生4年生15名を対象に、完成した野菜カルタを使って初めての食育活動を行ないました。

野菜カルタを使ってゲームをした後、どんな野菜料理を食べたことがあるか等意見を出し合いました。

児童からは、「野菜の絵合わせは難しい。」、「この野菜、おばあちゃんここで見たことがある。」、「アスパラガスとベーコンを炒めたものを食べたことがある。」、「ズッキーニやショウガは…？」等という意見や感想がありました。



ショウガかりんとうの作り方

材料

A (小麦粉120g、卵1個、ゴマ大さじ1、砂糖大さじ1、
ショウガ大さじ1、塩少々)

B (砂糖60g、水20g、ショウガ汁20g)

揚げ油 適量

作り方

Aをボールに入れてこねる。

を薄くのばし、5cm×5mm程度の棒状に切る。

低温の油で、きつね色になるまで揚げる。

鍋にBの材料を煮立て、 を入れ、弱火で砂糖が白く粉をふくまで混ぜ合わせる。

(資料提供：武市由美さん)

お土産にショウガ
かりんとうを持っ
て行きました。



