



松戸市食育かるたの制作について

1 概要

第2次松戸市食育推進計画の基本目標を達成するためのモデル事業の1つとして、聖徳大学と市が協働で松戸市食育かるたを制作しました。

学官連携による食育かるたの制作は、県内初となります。

2 目的

かるたを通じて、食に対する知識や地域でとれる農作物等を知ってもらい、食に関する意識を高めてもらうことを目的としています。

3 内容

昨年度、松戸市在住、在勤の方を対象に、食に関連した読み句（食の大切さやのぞましい食習慣、松戸でとれる食材やよくかんで食べるといったこと等）の募集を行い、237名の方から882作品の応募をいただきました。

聖徳大学では、応募の中から34句を選び、その他は同大学学生が考案し、読み句に合わせて絵札をデザインしていただきました。

また、市の関係課職員で構成された食育ワーキンググループが食事や栄養等に関わる読み句に合わせたコメントを考え、札の裏面に付け加えさせていただきました。

絵札のデザインは、「ぱくぱく家族」という松戸の食育シンボルキャラクター「ぱくちゃん」と暮らす家族のイメージを作り、読み句に合わせた家族の日常を表現しております。

4 かるたの大きさ

読み札、絵札ともに札1枚の大きさは87mm×61mmで、「あ」から「わ」までの44枚を作成。

5 制作部数・費用

（制作部数）1,000部

（費用）671,760円

6 今後の予定

市内の保育所（園）、幼稚園、小学校、放課後児童クラブ等に配布するほか、食育イベントでも活用します。また、2月15日から市役所行政資料センターでも販売します。（価格は680円）

なお、かるたの制作にあたりまして、多大なるご協力を頂いた聖徳大学児童学部大成ゼミ並びに祓川ゼミに対し、感謝状を贈呈します。



7 松戸市食育かるた制作に係る感謝状贈呈式

(1) 日時 平成29年2月1日(水) 16時から

(2) 場所 松戸市役所新館5階 市民サロン

(3) 出席者

ア 聖徳大学

- ・児童学部児童学科 教授 大成 哲雄 (おおなり てつお) 様
- ・児童学部児童学科 講師 祓川 摩有 (はらいかわ まゆ) 様
- ・児童学部児童学科 大成ゼミ生
- ・児童学部児童学科 祓川ゼミ生

イ 松戸市食育推進会議

- ・会長 千葉大学大学院 園芸学研究科 教授 大江 靖雄 様

ウ 松戸市

- ・松戸市長 本郷谷 健次
- ・健康福祉部長 千石 秀幸

8 添付資料

かるた絵札、読み札(裏書き)の一部及び箱のデザイン

【問い合わせ先】

健康福祉部 健康福祉政策課 ☎047-704-0055



まつどし しょくいく
松戸市食育かるた
はくばく家族^{かぞく}



企画・制作／松戸市

松戸市食育推進会議

聖徳大学 児童学部

萩川ゼミ・大成ゼミ





あ



い



う



え



お



か



き



く



け



こ



さ



し



す



せ



そ



た

あ

朝あさごはん
 もりもり食たべて
 行いってききます

い

いいただきます
 ごごちそうさまは
 感かん謝しゃのき持もち

う

宇う宙ちゆうとも
 かかぼちやでつながる
 松まつ戸どだよ

え

江え戸ど川がわの
 恵めぐみいただく
 松まつ戸ど野や菜さい

お

おお月つき様さま
 秋あきのじゆうご十じ五ご夜や
 おお供そなえだんご団だん子ご

か

買かいも物もので
 気きづいてほ欲ほしい
 旬しゆんのもの

き

行ぎやうじ事じ食しょく
 一いち年ねん一いち度どの
 おお楽たのしみ

く

くくいしんぼう
 食たべずぎの飲のみみずぎ
 太ふとりすぎ

け

健けん康こうは
 ババラランンススのよい
 食しょく事じから

こ

小こ松まつ菜なと
 ほほうれん草そうにも
 カカルシウム

さ

坂さか川がわの
 水みずでつくつた
 ううまい米こめ

し

食しょく育いくの
 ゆゆるキャラぱくちゃん
 ナナスの妖まう精せい

す

少すこしでも
 食たべ物のごみ
 減へらそうよ

せ

節せつ分ぶんに
 恵え方ほう卷まき食べ
 豆まめをまく

そ

育そだつてる
 ああじさいいねぎが
 本ほん土ど寺じで

た

食たべる前まえ
 みみんなでしよう
 手て洗あらいを

朝ごはんは、脳と体のめざまし時計。しっかり食べて、1日を元気に過ごしましょう。

作者・鈴木 るな

食事の前後の挨拶は、食材となるたぐさんの命をいただくことに対する感謝と、自分がとる食事に携わってくれたすべての人たちへの感謝の気持ちを表す言葉です。心を込めて挨拶をしましょう。

「松戸白」というかぼちやの種を松戸市出身の宇宙飛行士山崎直子さんが宇宙へ持っていき、その種を「松戸白宇宙かぼちや」と名付けて、松戸の特産物として栽培しています。

作者・八木 優希

松戸市では、枝豆、小松菜、ほうれん草、ねぎ、こかぶ、梨が多く生産されています。

作者・本多 康哲

十五夜は、秋の美しい月を鑑賞しながら、秋の収穫に感謝する行事です。「中秋の名月」あるいは、「芋名月」という名で呼ばれます。

作者・聖徳大学祓川ゼミ

旬の食材は、味や香りがよく、栄養価も高いことがわかっています。四季折々の旬の食材を料理に使用したり、味わったりしてみましょう。

作者・猪股 友佳子・弥生・弥可

季節ごとの行事やお祝いの日に食べる特別な料理を「行事食」といいます。行事食には家族の幸せや健康を願う意味が込められています。

作者・浮谷 雛梨

とりすぎたエネルギーは、脂肪として蓄えられ、肥満や生活習慣病などの原因にもなります。食事の栄養バランスや量に注意し、適正体重を維持しましょう。

作者・聖徳大学祓川ゼミ

「主食（ごはん、パン、麺類など）」「主菜（魚、肉、卵、大豆など）」「副菜（野菜、海藻、きのこなど）」を揃えるとバランスのよい食事になります。果物や牛乳・乳製品も1日1回食べましょう。

作者・聖徳大学祓川ゼミ

牛乳だけでなく、緑黄色野菜にもカルシウムを多く含むものがあります。カルシウムは骨や歯を作るものになるので、しっかりととりましょう。

作者・聖徳大学祓川ゼミ

市内では、坂川周辺の矢切地区、六和地区でお米の生産が盛んです。

作者・森 稜河

松戸市の食育シンボルキャラクター「ぱくちゃん」は、平成19年に599通の応募の中から選ばれたナスの妖精です。

作者・菊 正光・芳江

日本では、年間500万〜800万トンもの食べ物が捨てられています。日本人一人当たり換算すると、毎日おにぎり約1〜2個分になります。大切な食べ物を無駄なく消費し、「もったいない」ライフを実践しましょう。

作者・浮谷 雛梨

節分には、豆を撒いて邪気や災厄を払ったり、その年の恵方に向かって無言で願い事を思い浮かべながら太巻き寿司を丸かぶりしたりする慣わしがあります。

「あじさいねぎ」という名称は、生産地にあるあじさいで有名な本土寺（あじさい寺）に由来しています。味がよく、彩りが鮮やかなことから「味彩（あじさい）ねぎ」と呼ぶ人もいます。

作者・聖徳大学祓川ゼミ

手を洗うと、汚れや菌が落ちやすくなるので、食中毒や風邪の予防などの効果があります。石けんを使って丁寧に手を洗いましょう。

作者・黒田 真衣