29号
令和7(2025)年
3月発行

とちぎの農と地域・学校・食卓を結ぶ情報誌

とちぎ食育応援団だより

～とちぎ食育応援団の活動を紹介します～

随時、応援団員を募集中です！
一緒に活動してみませんか？

とちぎ食育応援団とは

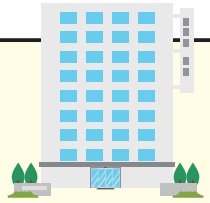
食と農の知識を活かし、**食文化、とちぎの旬の農産物を使った料理、食と健康**などを伝える活動をしている食育ボランティアであり、令和7年3月末現在463名の応援団員が活躍しています。

この食育活動の一環である食育出前講座では、県内各地の保育施設や企業などで講話や体験を通して楽しく、分かりやすく食の知識を広める取組を行っています。

内 容

1. 企業・大学向け食育出前講座
2. 家庭実践講座・イベント派遣
3. とちぎ食育推進シンポジウム

栃木県、(公財)栃木県農業振興公社



企業・大学向け食育出前講座

生活の変化により食生活が不規則になりがちな新社会人や新大学生への食育推進を図るため、
次世代に「食」の重要性を伝える役割を担う若者を対象に食育講話と調理体験を組み合わせて開催しています。

新入社員41名が
講座に参加しました

2024年4月16日 企業 栃木トヨタ自動車株式会社

食育講話

朝食の大切さ、栄養バランス、生活習慣病について講話を行いました。

講師：株式会社日本栄養給食協会（とちぎ食育応援団）

農業講話

食料自給率や栃木県の農業について幅広く講話を行いました。

講師：（公財）栃木県農業振興公社

調理体験

栃木県産「とちぎの星」「とちあいか」を使ってとちぎ彩りパエリア・ふわとろマシュマロヨーグルトの2品を調理し、試食を行いました。

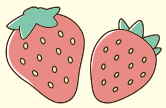
講師：株式会社日本栄養給食協会（とちぎ食育応援団）

とちぎの星提供協力：JA全農とちぎ
とちあいか：手塚農園（宇都宮市）

参加者で協力して
調理を行いました

栄養満点！
とちぎ彩り
パエリア完成！

とちあいかを
綺麗に切って



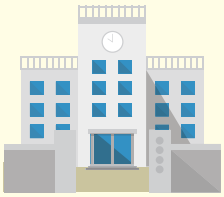
混ぜるだけ簡単
ふわとろマシュマロ
ヨーグルト完成！

参加者の声

調理実習が楽しかったです。簡単にパエリアを作ることができたので、家でも実践したいです。

朝食の大切さ、調理実習で地元の野菜や食べ物にふれることで食の大切さを実感することができました。

簡単なことから生活習慣病、大きな病気につながってしまうかもしれないと知り、自分の生活をもう一度見直すことを決めました。



2024年11月15日 大学 国立大学法人宇都宮大学

農学部農業経済学科1年生、国際学部2・3年生43名が講座に参加しました

食育講話

浅漬けを通じて、野菜をとることの大切さや取り方の工夫について講話を行いました。

講師：株式会社アキモ（とちぎ食育応援団）

調理体験

漬物のアレンジレシピのデモンストレーションや漬物製品の試食、県産米の食べ比べを行いました。

講師：株式会社アキモ（とちぎ食育応援団）

調理デモンストレーション

㈱アキモの漬物の試食

「ゆうだい21」と「とちぎの星」を食べ比べ！

参加者の声

野菜を摂ることの大切さを実感したので、浅漬けで手軽に摂取していきたいです。

実際に食べることでより漬物の魅力を感じることができました。アレンジレシピが美味しかったので家でも作りたいです。

2024年12月11日 大学 帝京大学

経済学部地域経済学科3・4年生18名が講座に参加しました

食育講話

朝食の大切さ、栄養バランス、生活習慣病についての講話を行いました。

講師：株式会社日本栄養給食協会（とちぎ食育応援団）

調理体験

ミニおにぎり作りや味噌汁作りを行いました。
講師：株式会社日本栄養給食協会

講師：株式会社日本栄養給食協会（とちぎ食育応援団）

コシヒカリ・とちぎの星：株式会社有坂ファーム
もち絹香の麦味噌：株式会社日本栄養給食協会

食育講話、エプロンシアターで腸の働きについて説明

ミニおにぎり作り

参加者の声

食育を学ぶ機会は久しぶりで良い機会でした。栃木県の農業についても知ることができ勉強になりました。

食や農業に関心を持ち、健康で過ごすためにしっかり3食食べて生活したいと思いました。

とちぎの恵みを

知って ▶ 使って ▶ 味わう

家庭実践講座

食への感謝の気持ちを育み、県産農産物への理解促進を図るため、生産者（栃木県女性農業士等による）から農産物の栽培についての講話と、とちぎ食育応援団による調理体験を組み合わせた講座を年４回開催しました。

第1回　2024年7月29日　かんぴょう&米
とちぎ彩りパエリア作り
第2回　2024年8月6日　はちみつ&牛乳
はちみつレモン蒸しパン&はちみつレモンミルク作り
第4回　2025年1月18日　いちご
いちご大福作り

第３回　2024年9月28日

ぶどうのミルフィーユ作り

講 話「ぶどうができるまで」

講師：栃木県女性農業士 小林 真理子 氏

ぶどう生産の年間作業について
動画を使って学びました。

小林さんの
立派なぶどうを
贅沢に
使用しました。

調理体験「ぶどうのミルフィーユ作り」

講師：野菜ソムリエプロ 川村 葉子 氏

パイ生地を切って
フライパンで焼いて

ぶどうとクリームを
盛り付けて

完成!!

食育イベントへの出展　2024年9月28日
クルールフェス

県内で行われるイベントへ食育ブースを出展し、
食と農への理解促進を図りました。

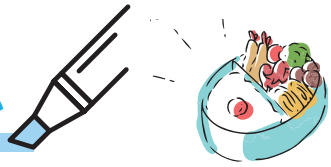
とちぎ食育応援団：株式会社日本栄養給食協会

食育ブースでは食育釣りゲームを実施！
栄養バランスのとれた献立を考える機会となりました。

とちぎ食育応援団：阿久津典子さん
落合里子さん
山重利子さん

2024年12月16日　栃木県総合文化センター

とちぎ食育推進シンポジウム



家庭・学校・地域が連携して食育に取り組む「子どもが作る“弁当の日”」の事例等を通じて、参加者が子どもたちへの食育について改めて考え、実践行動につなげていくためのシンポジウムを開催しました。145名の県民が参加し、子供たちへの食育をみんなで考えました。

基調講演

演　題	「“弁当の日”がやってきた」 ― 家族・学校・地域の活性化―
講師：子どもが作る“弁当の日”提唱者 竹下和男　氏	

子どもたちへの食育の重要性や、子どもたちの可能性を信じることの大切さなどを学ぶことができました。

子どもたちへの食育について熱く語る竹下氏

パネルディスカッション

テーマ	「子どもたちへの食育を考える」 ― 未来を育む食育の力―
モデレーター	竹下和男　氏
パネリスト	宇都宮市教育委員会事務局学校健康課［行政］ 栃木トヨタ自動車株式会社［企業］ 株式会社 日本栄養給食協会［食育ボランティアとちぎ食育応援団］

パネリストがそれぞれの食育の取組を紹介し、それに対する意見や感想を話し合いました。体験を通して、学び、成長する環境や機会を作ることが大切だと各取組を通じて学ぶことができました。

参加者の声

- 食によって子供の心が育ち、成長することを実感しました。
- 子どものやる気を大切に、家庭での食育を実践したいと思います。
- 調理して食べる楽しさを知ってもらうため、子供が主体の料理教室を開催したいです。

お問い合わせ

公益財団法人
栃木県農業振興公社 農政推進部

〒320-0047
栃木県宇都宮市一の沢2丁目2番13号とちぎアグリプラザ内
TEL：028-648-9515
FAX：028-648-9517
URL：http://www.tochigi-agri.or.jp

HP はこちら

- JR 宇都宮駅から関東バス作新学院行き（⑥⑦番のり場）
- お車で東北自動車道宇都宮インターより9.0km
  鹿沼インターより 9.5km