

佐久市佐久っと支援金事業 自己評価報告書

	評 価 日	6 年 3 月 26 日
団 体 名	ミノリアクト	
事 業 名	食・農・環境が台所につながる「MINORI キッチン」	
事業経費③	408,208 円	支援金額⑨ 306,000 円

事業の目的・内容	地域の課題 環境を考慮した有機農法を広めるには、消費を選択している消費者の意識改革が一番大切と思うので、農家を対象にした事業ではなく、一般消費者（特に未来ある子供たち）を対象にして意識醸成することに重点を置き、農業に関心がない子、農にふれることができない子、環境に関心がない子など、色々な人に体験を通して食・農・環境のつながりを知り、考えて、行動（生活に活かせる）できるように計画しています。 【食と農の繋がりについて知る】 目的： 食に関心を持ってもらい、生きることは、食べる事。食べることは、消費すること。その消費を選択していくことで環境も変わることを考えるきっかけをつくる。 【MINORIキッチン】 目的： ①有機栽培（無農薬・無化学肥料）で育てた旬の野菜を味わい、自ら収穫し作ることで、食材のこと、農業の大変さ、作ることの大変さ、環境のことなどを考えるきっかけをつくる。 ②作って食することの大切さや、家で作ってみたい気持ちを育て、消費することについてを考える。 ③日本の食文化継承
	事業内容 【食と農の繋がりについて知る】 ○「弁当の日」上映会&感想シェア会 ○弁当の日提唱者 竹下和男先生講演会「台所から引き出す子供の力」 ○つながり自然農園 磯村聡さん講演会「土が変われば環境が変わる」 【MINORIキッチン】 ○佐久平浅間小学校（2年5組、3年1組）2クラスで実施 1年かけて子供たちと、ナカセンナリ大豆の種蒔～収穫～調理実習までの体験を実施 ○みそコミュニティ 寒仕込みが一般的だが1年分の味噌を仕込むのは、量も多く大変で気軽にできるものではないが、みそコミュニティの味噌づくりは少量を仕込むというもの。大変なことも日常化してしまえば簡単にみそができてしまうところを体験し知ってもらうことによって、日本伝統の食文化を継承していく。

【食と農の繋がりについて知る】

- 「弁当の日」上映会&感想シェア会 13:30~16:00
4月22日(土) 開催場所:中佐都小学校体育館 参加費:無料
参加者 大人25名 子ども27名
- 弁当の日提唱者 竹下和男先生講演会
「台所から引き出す子供の力」 14:00~15:30
5月20日(土) 開催場所:中佐都小学校体育館 参加費:大人1,000円
人数:大人〇〇名 子ども14名
- つながり自然農園 磯村聡さん講演会
「土が変われば環境が変わる」 10:00~12:00
2月17日(土) 開催場所:交流センター 視聴覚室 参加費:無料
参加者 大人18名

【MINORIキッチン】

目的:①有機栽培(無農薬・無化学肥料)で育てた旬の野菜を味わい、自ら収穫し作ること
で、食材のこと、農業の大変さ、作ることの大変さ、環境のことなどを考えるきっかけをつ
くる。②作って食することの大切さや、家で作ってみたい気持ちを育て、消費することを考
える。③日本の食文化継承

- 佐久平浅間小学校(2年5組、3年1組)2クラスで実施
6月8日(木) 「種蒔」(3-1)
6月9日(金) 「種蒔」(2-5)
6月22日(木) 「環境や栄養のお話」(2-5)
6月23日(金) 「環境や栄養のお話」(3-1)
7月12日(水) 「除草作業」(3-1)1時間目に実施
7月13日(木) 「除草作業」(2-5)1時間目に実施
9月20日(水) 「きな粉餅作り」(2-5)1~3時間目に実施
9月22日(金) 「きな粉餅作り」(3-1)1~3時間目に実施
11月24日(金) 「大豆脱穀」(2-5、3-1)1~2時間目にわけて実施
2月5日(月) 「味噌づくり」(3-1)1~2時間目に実施
2月26日(月) 「フライビーンズ作り」と大豆と添加物のお話(2-5)
1~3時間目に実施
- みそコミュニティ
11月25日(土) 「味噌作り」6名
12月15日(金) 「味噌作り」3組5名
2月9日(金) 「味噌作り」6組9名
2月19日(月) 「親子幼児クラスでみそ作り」3組7名

事業の様子または成果がかる写真①

事業の様子または成果がわかる写真②

別記様式第5号（6の2関係）〔2枚目〕

事業の成果・効果	※別途資料
----------	-------

自己評価	事業は申請どおり実施できた	1 できた ☒ 2 概ねできた 3 あまりできなかった 4 ほとんどできなかった 自己評価を記入 事業内容は、計画通りに実施できたが収支面で変更等あった
	事業の実施によって、期待した効果をあげることができた	☒ 1 できた 2 概ねできた 3 あまりできなかった 4 ほとんどできなかった 自己評価を記入 映画「弁当の日」上映会や、竹下先生の講演会に参加してくれた方が、この活動に賛同してくれて、自身の団体でも上映会や講演会を企画したいと望月地区でも上映会等実施していたので、取り組みが少しずつ広がっていったので、効果をあげる事ができたようにおもいます。 小学校では、1年を通しての食農教育で、暑い時期の除草体験で農業の大変さを知ってもらったり、大豆育ては地球に良いこと、自給率の問題、大豆が色んな食品に生まれ変わること、使われていることを色々と実体験を通して学んでもらえたので良かった。 3月参観日で1年間学んだことを発表していて、ちゃんと伝わっていたことがわかりとても嬉しく思いました。
	実施計画書と実績報告書の活動費の内訳について	1 ほとんど同じ ☒ 2 多少の変更があった 3 大幅に変更している 主な理由（2、3と答えた場合のみ） 小学校での調理実習の際、豆腐等作る予定でしたが、子供たちの意向で、きな粉餅を作りたいとなったので、購入する予定のものが不要になったり計画外のものが必要になり購入した。その他、講演会の収入見込みが甘かった。
	その他、評価すべき点等	3月9日、佐久の日イベント 佐久市から依頼あり、イオンモール佐久平店2階催事場で出展・ワークショップすることができ、佐久平浅間小学校での食農教育活動の様子等も展示し、色々な人に広く知ってもらえる機会となった

※ 自己評価の欄は、番号に○を付けてください。評価は、客観的自己診断です。

今後の事業展開	【食と農から持続可能な環境を考える】 ○上映会「弁当の日」 市内小中学校・保育園等（2か所）で実施または総練センター生涯学習センターにて実施 上映後 調理実習「味噌汁とおにぎりづくり」や「味噌作り」を開催 ○講演会「地域資源を活かした土づくり」地輪舎 井上基さん 開催場所：中佐都小学校 【農から考える】 ○大豆プロジェクト 市内小中学校・保育園等（2か所）で実施 ○米プロジェクト 5月田植え 6月除草 9月稲刈り 10月脱穀 11月収穫祭「新米ご飯と・味噌汁作り」 【食から考える】 ○MINORIキッチン親子幼児クラス 4月ジャガイモ植え 5月夏野菜植え 6月大豆種蒔 7月～収穫体験＋調理 など
----------------	---

映画「弁当の日」上映会 & 感想シェア会

01

場所：中佐都小学校 体育館 2023.4.20



1. 概要

映画「弁当の日」上映会+感想シェア会で、みんなで食の事を考える。5人くらいのグループになり、話し合い出た意見・感想をポストイットに書き出し、さらにみんなでシェア

(映画を見て自身の小さなアクションを話し合った)

2. 成果・効果

4月開催だったので、佐久市・教育委員会の後援がとれずチラシ等告知がうまくできませんでしたが集まってくれた方の感想を見ると、自身でも上映会を企画したい、他の人にもお勧めしたいという感想が多かった。その後、2024年2月 望月や軽井沢での上映会につながった。

【シェア会での声】

- ・野菜づくり（安心な素材の味を楽しむ）
- ・食事の時間をもっと大切にしたい
- ・父親の料理教室を開催してみたい・朝食を家族みんなで食べる
- ・料理をすることをまずは自分が楽しもうとおもう など
- ・コロナで黙食が広がって食べる楽しみが減った。みんなで一緒に食べる機会をつくりたい
- ・子ども食堂支援される・するだけでなくお互いが助け合いできる場をつくりたい



「弁当の日」上映会の感想

ふたりの娘たちと、参加させて頂きました。映画のなかで、子どもたちが包丁を握って真剣な眼差しで調理している姿は、とても心に残っています。こどもが家族に料理を振舞って、喜んで貰えたときの笑顔を観たとき、こちらまで幸せな気持ちにさせて頂きました。上映会に参加した、次の日のことです。小学5年生の娘が、友だちとお昼ごはんにアスパラ巻きや玉子焼き入りのお弁当を作って、妹や弟たちに振る舞いました。みんなで「おいしいね。おいしいね。」と言い合いながら、食事する場面は、観ていてとても穏やかで平和でした。そして、また次の日のことです。職場での私用のお弁当を、また娘が作ってくれたのです。とても丁寧におかずが詰められていて、味も美味しく、お手紙まで入れてくれていました。(*^^*)

「ママへ いつもありがとう！おいしくたべてね。おしごとがんばれ！」と書いてあり、胸がいっぱいになったのを覚えています。映画から発信されたメッセージを我が子なりに受け止め、そして、彼女の心を動かしました。竹下和男先生や、映画をつくって下さった、また上映会を主催して下さったスタッフの皆さまに、心から感謝申し上げます。これからも、“人間の奥深さ”を成長させていけるように、頂いたメッセージを心に留めて、楽しく日々を過ごしていきます。今日も娘は、「明日、ママのお弁当作る！」と言ってくれています。日常が、さらにたくさんの愛に溢れます。

弁当の日 感想シェア会

映画をみてそれぞれ「やってみたこと」「小さなアクション!」を記入し、話し合いました!

子どもが料理の楽しさを伝えている姿が、とても印象的でした。映画の中で、子どもたちが包丁を握って真剣な眼差しで調理している姿は、とても心に残っています。

子どもが家族に料理を振舞って、喜んで貰えたときの笑顔を観たとき、こちらまで幸せな気持ちにさせて頂きました。

上映会に参加した、次の日のことです。小学5年生の娘が、友だちとお昼ごはんにアスパラ巻きや玉子焼き入りのお弁当を作って、妹や弟たちに振る舞いました。みんなで「おいしいね。おいしいね。」と言い合いながら、食事する場面は、観ていてとても穏やかで平和でした。

そして、また次の日のことです。職場での私用のお弁当を、また娘が作ってくれたのです。とても丁寧におかずが詰められていて、味も美味しく、お手紙まで入れてくれていました。(*^^*)

「ママへ いつもありがとう！おいしくたべてね。おしごとがんばれ！」と書いてあり、胸がいっぱいになったのを覚えています。

映画から発信されたメッセージを我が子なりに受け止め、そして、彼女の心を動かしました。竹下和男先生や、映画をつくって下さった、また上映会を主催して下さったスタッフの皆さまに、心から感謝申し上げます。

これからも、“人間の奥深さ”を成長させていけるように、頂いたメッセージを心に留めて、楽しく日々を過ごしていきます。

今日も娘は、「明日、ママのお弁当作る！」と言ってくれています。日常が、さらにたくさんの愛に溢れます。

ACT NOW!! 自分ごと、家族ごと やりたいこと

MINORI act

弁当の日提唱者 竹下和男先生講演会 「台所から引き出す子供の力」

02

場所：中佐都小学校 体育館 2023.5.20

子どもが作る“弁当の日”提唱者
竹下 和男氏 講演会

日時 **5月20日(土)**
13:30~15:00 (13:00 開場)

場所 **中佐都小学校 体育館**
長野県佐久市塚原808番地

参加費 **1,000円(高校生以下無料)**



「台所から引き出す子供の力」
弁当の日

子どもが作る“弁当の日”提唱者
竹下 和男氏 講演会

日時 **5月20日(土)**
13:30~15:00 (13:00 開場)

場所 **中佐都小学校 体育館**
長野県佐久市塚原808番地

参加費 **1,000円(高校生以下無料)**

お子様同伴可能です。出入口近くに「親子係」を用意しています。
当日発熱などの症状のある方は参加をご遠慮ください。

お申込み方法
以下のアドレスまたはQRコードの申込フォームでお申し込みください。
<https://forms.gle/6V2SbuhjInZrA9w5>
または下記記載の電話やメールでも可能です。




1. 概要

弁当の日とは、子どもが自分でお弁当を作って学校に持ってくるという取り組みです。何を作るか決めることも、買い出しも、調理も、弁当箱に詰めるのも、片付けも子どもがします。その弁当の日を始めた香川県の元校長先生（竹下和男氏）に、台所に立つことで育つ子供の力とはどんなことなのかをお話してもらいました。

2. 成果・効果

今回参加してくれた方々が、自身の子供が通う小学校・中学校でも講演会をしてほしいという声がありました。

来年度に繋がるといいなと思います。家庭科（生活科）の時間となり、家庭科としての時間が年々減ってきていて、食のことを学習するも少なくなっている現状を知った。

3. これからの課題

学校で、「弁当の日」を実施できる環境を整えられたらいいと思うが、教員不足や働き方改革でなかなか難しいと思うので、地域の中で同じような環境を作っていきたいとおもいました。こどもカフェの作って提供するだけでなく、作ることができる力をつけられる取り組みをしたい。



つながり自然農園 磯村聡さん講演会 「土が変われば環境が変わる」

03

場所：佐久平交流センター 視聴覚室 2024.2.17



1. 概要

農を取り入れた暮らしをしたいと思っているが、どうしたらいいかわからない方を対象に栽培方法の違いの説明から、磯村さんが実践している農法とはどんなものなのか、どうやっているのかのお話をしてもらいました

2. 成果・効果

講演後の質問タイムでは、春に向けての畑の作り方や、自身の畑の悩んでいるところなど参加者から活発に質問があり、解決策を見つけられた会になったようでした。

・菌ちゃん農法を1年実践してみて、ぐちゃぐちゃだった頭がすっきりして、来年度の畑作りのイメージがつかめました

・化学肥料を使わず、身近な資源の（放棄竹林から作った）竹パウダーや腐菌床、もみがらを使った土づくりが、どうして土の環境にいいのか分かった

などなど、感想があり、環境の事を考えて農を暮らしにとりいれることができる人が増えるようにおもいます



2024大豆プロジェクト

5月の夏野菜植えから始まった大豆プロジェクト。
8家族が参加し、とてにぎやかな1年になりました！子どもたちの笑顔が畑いっぱい楽しそうでした
開花時期の水不足で、大豆の収穫は不作におわりましたが、他の畑で取れた分で、味噌作りをみんなでしました

ココロオドルSAKU イベント出店

佐久青年会議所主催のココロオドルSAKUにお声かけ頂き出店しました。

当日は、ジップロックで完結、簡単みそ作りワークショップを開催、その他、ミノリアクトのきな粉販売もしました。色々な人に広く知ってもらう機会になりました。



まるキャンのプログラム団体として参加

ミノリキッチンのお手伝い・畑の収穫のお手伝い等してもらいました。農学部に行きたいという学生さんの参加があり、活動に興味をもってもらえ、来年は受験だから参加できないかもだけど、息抜きに来たいと言ってもらえ嬉しくなりました。

正法寺さん×ミノリキッチン

根々井の正法寺さんにお声かけ頂き、夏休みの

「寺子屋」企画の1つとしてフルーツポンチ作りを行いました。市内の小学生10名ほど参加があり、お寺での様々な体験できるいい機会になったとおもいます。ありがとうございました

寺子屋のお知ろは

夏休みのお知ろは

日時 8月1日(土) 午後1時～5時
場所 正法寺(根々井町)
対象 小学生
定員 10名
参加費 一人1,000円
お問い合わせ 0255-255-1111

5300 稲刈り(稲刈り体験)
5340 エンジンポンプ体験
5345 体験用(お寺のお祈り)
5345 体験用(お寺のお祈り)
5345 体験用(お寺のお祈り)
5345 体験用(お寺のお祈り)
5345 体験用(お寺のお祈り)
5345 体験用(お寺のお祈り)
5345 体験用(お寺のお祈り)
5345 体験用(お寺のお祈り)
5345 体験用(お寺のお祈り)





サクモ（佐久市子ども未来館）× 和泉屋商店さん× MINORI act

サクモにて味噌作りワークショップ開催しました！
当日は、岩村田商店街にある和泉屋商店さんの工場
見学をした後、サクモ内で味噌作りを実施。
味噌の歴史や糀のこと、環境のお話等も少しさせて
いただき、糀と塩をまぜる塩切り、大豆をつぶす工
程、混ぜる工程すべて、子供たちだけでなく大人の
方もすごく楽しそうに参加している姿が印象的でし
た。20人という大人数でしたが楽しく味噌作りを体
験してもらえよかったです。



3月9日 佐久市民の日 「健康になろう！」 in イオンモール佐久平

イオンモールさんの企画で、佐久市総務課からお声かけ頂き、ミ
リアクトの展示・ワークショップを開催しました。

約1ヶ月前に決まったお話をいただき急ピッチで準備しました。

【大きいパネル展示】佐久平浅間小学校・中佐都小学校の食農教育
の様子、ミノリキッチン、味噌作り、質問コーナー等

【ワークショップ】

午前「親子で作ろう！佐久っ子てまり寿司」9組参加

午後「簡単！サクッと作れる味噌作り」20組参加

2階島村楽器様前の催事場なので、色々な方に知ってもらう機会が
持てたことがありがたかったです。出展して感じたことは、イオン
に来るお客さんはとても多く、ターゲットとなる世代も沢山歩いて
いますが「食」「健康」というキーワードは興味ない方（ゲームセ
ンターに吸い込まれるように行く）が多く、残念におもいまし
たが、ワークショップに参加してくれたお子さんのお母さんが、「普
段ご飯をあまり食べないのに、こんなに食べるなんて！」とびっく
りされていました。自分で作るもの体験することがいかに大切かわ
かり、「子供が食べてくれない」という悩みをもつお母さんがいか
に多いかということも出展してわかりました。

この課題を「つどいの広場」「〇歳児検診」「育児講座」等でミ
ノリキッチンを開催できれば、お母さんたちの悩みも少しは解決す
るのかなと思いました。

来年度の課題の一つにしたいとおもいます。



佐久平浅間小学校

参加児童 2年5組 3年1組 65名

大豆育てを通して環境問題を考える！

大豆育て

2年生と3年生は元気いっぱい！可愛く列になって種まきを楽しみました。種まきしながら大豆の話をして大豆ができたらなに作りたい？という質問に、味噌！きな粉！豆腐！きな粉揚げパン！枝豆ー！といった笑顔で答えてくれた。暑い中草むしりも頑張りました。畑に来ると小さな虫たちを見つけては教えてくれたり、生物多様性の学びや環境についての学びも多い畑の時間となっています。



みんなで並んで種まき

環境授業

環境問題と大豆育てにどのような関係があるのか、地球の気候危機について最新のデータやニュースを取り上げ、中佐都小学校の活動紹介や環境クイズをしながら学びました。子どもたちなりの理解が素晴らしく、環境問題について年齢は関係なく考えていくことができるという未来に希望が持てる時間でした。



きな粉作り

きな粉が好きな子が大半、きな粉を作ったことがある子は1人。大豆を洗って炒る時の集中力、石臼体験やすり鉢体験での楽しい様子は実際に経験することから得られる学びの大切さを感じることができた。きな粉と環境についての学びの時間は自給率の問題から自分たちが食べている食について深い学びを得た。なによりきな粉餅が美味しくてみんな幸せ時間でした！



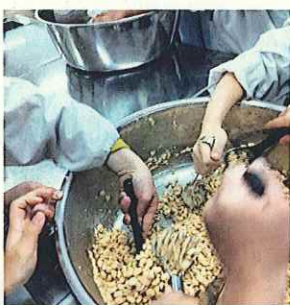
大豆収穫

いよいよ収穫！大豆は大きく成長していて引っこ抜くのに苦労しながらみんなで協力して収穫しました。収穫が半分くらい終わったところで収穫、脱穀、選別作業を手分けして行ない自分のやってみたい作業を選びながら最後まで一生懸命頑張りました。初めて経験する昔ながらの脱穀機に興味津津足踏みのタイミングが難しく何度も何度もチャレンジ！収穫した大豆を嬉しそうに集めて眺めていました



味噌作り

みんな楽しみにしていた味噌づくり！茹でた大豆をそのまま一粒口に選ぶと美味しい～と大豆そのものの味をまずは楽しみ、大豆を力いっぱい潰してなかなかペーストまでならず辛抱強く力いっぱい潰しました。混ぜる作業も楽しく常在菌いっぱいだね～と話しながら手作り味噌を作って食べるのがなぜ体にいいのかも学びました



フライビーンズ作り

学校の給食で提供されるフライビーンズがみんな好きで作ることになりました、油を使うフライなので危ないかと心配しましたがフライパンを使い油の量を少なくして作ることにしました。揚げ物も気をつけながらチャレンジして上手に揚げていました、家でもまた作ってみたいという子どもたちが多く料理に興味を持ってくれたことも嬉しかったです



参観日での発表とプレゼント♪

3学期、参観日に呼んでいただき春からの学びについて発表を聞きました。

画用紙にまとめるグループや映像で発表するグループ、それぞれの活動報告だけでなく気付いたことやさらに深堀して調べたことなどとても考えられた発表で感動しました！午前中に作ったおからドーナツをプレゼントしていただき、子どもたちのやり切った清々しい笑顔が印象的でした。



環境と大豆育ての関係は？

ミノリアクトは、環境と食を考えるために【大豆育て】をしています。どうして大豆なのでしょう？

大豆の根には【根粒菌】があり、土壌環境を良くする働きがあります、大豆を育てるということは地球が喜ぶことなのです。

もちろん化学肥料は必要ありません。

また、大豆で作られる食べ物をどれくらい思い付きますか？

たくさんありますね！身近な食べ物に多く使われる大豆で食の大切さや伝統食についても考え調理実習も行います。



ミノリアクトが環境問題の学びをサポートします！

幼稚園 保育園 小学校 地域コミュニティ

