

I

地域貢献

東山区における「食」を通じた地域ネットワーク活性事業

東山区は京都市の中でも特に少子高齢化が顕著である。本事業は「食」を通じた生活の知恵を次世代に伝えることで世代間の交流を図り、未来を担う子どもたちの望ましい食習慣の形成や高齢者のネットワークづくりなどを目的とし、地域活動を行っている。平成24・25年の2年間は「東山区まちづくり支援事業助成金」を受け、この事業を開始したが、平成26年からは地元女性のボランティアの皆さんと東山区地域力推進室のご協力をいただきながら、大学独自の継続事業として取り組んでいる。

◆夏休み親子料理教室

東山区六原地域女性会のボランティアの方々のご協力を得て、親子料理教室を開催した。世代交流の場を提供し、食生活上の経験や知恵を交換し合うなど、女性会の皆さんと若いお母さんと元気な小学生が、素晴らしい時間を共有できる料理教室となった。

4月13日 地域交流・料理教室の実施について、六原地域女性会会長と打ち合わせ

6月15日 区民新聞掲載「親子で料理を楽しんでみませんか？」親子料理教室参加募集記事（東山区在住の小学生と保護者対象、10組20名募集）、京女大クリニック通信募集記事（p.21参照）

8月1日 料理教室実施

●日時：平成29年8月1日（火）10：00～13：00

●会場：栄養クリニック調理室

●参加者：六原地域女性会3名、親子6組17名

●献立：おだしの効いた京風スープカレー、ぶるぶるのわらび餅

●実施内容：親子で昆布とかつお節から混合だしをとり、昆布だしの味、塩が加わった味、かつおだしが加わった味を体験して、だしの美味しさを親子でしっかり学んだ。カレーとわらび餅の調理を女性会やスタッフの支援の下で行い、親子でじっくり楽しんでいただいた。

●お母さんからの感想：大変楽しく参加させていただきました。子どもと一緒に料理をする時間はなかなかありません。とても貴重な時間を過ごすことができました。また、参加したいです。

●お子さんからの感想：かつおと昆布のだしが効いたカレーはとっても美味しかった。わらび餅の作り方も面白く、ぶにぶにして美味しかった。また作りた。とても楽しかった。

（木戸詔子）



◆シニア料理教室

高齢者の健康管理は東山地域の活性化に重要な課題であり、地域のみなさんが元気に交流し合うことでいきいきとした町づくりに繋がる。アンチエイジングの食生活をテーマにミニ講義と調理を通して、交流の場を提供し、健康長寿に繋げていただいた。

9月15日 区民新聞掲載「シニア料理教室」参加募集記事（東山区在住の方、16名募集）、京女大クリニック通信募集記事（p.21参照）

10月25日 料理教室実施

●日時：平成29年10月25日（木）10：00～13：00

●会場：栄養クリニック調理室

●参加者：東山区民 8名

