

私たちの活動を紹介します

鳥取市

おむすびの会

寄稿：坂上^{さかがみ} マサ子さん

<連絡先> TEL 090-4145-8650

<設立年>平成 27 年

<会 員>

30代～ 80代の 18名。主婦や会社員、食育指導員、食育推進員や管理栄養士などの資格をもつ会員まで、幅広いメンバーで活動しています。



栄養士の先生をお迎えして楽しく料理教室。小学生も参加しました。

大切な家族のため、未来のため

おむすびの会は、鳥取の食事情や、家庭・家族の状況を知り、何か役に立ちたいという思いを持った人が集まり話し合ったことがきっかけで、発足しました。

子育て中の多くの方に食の大切さを知らせたいと栄養士の先生から、食について教えていただきましたが、近年は、食べ物の大切さを学ぶための農業体験や料理教室、食育セミナーを行ったり、食という観点だけではなく子どもたちの心身の成長を応援しようと、児童作品展の開催支援も行っています。

ひと手間を大切にしたい

私たちは、家族や誰かに食事を提供する人へ、「食」を丁寧に伝えています。具体的には、お店で買ったり、家庭で食べる食材に入っている食品添加物の過剰摂取の怖さを伝えたり、有機農産物のおいしさや安全性を伝えています。また、家族で同じ食卓に着き、一緒に食事をとることの大切さ、そのひと手間イコール愛情であるということも伝えることも大切にしています。

食卓に食事や食材が届くまでの過程に、生産・輸送して下さる方、調理・販売して下さる方など、多くの人の関わりがあり、それらに対する感謝の気持ちを多くの人に持ってほしいという思いがあります。



結ぶのは「縁」

「おむすびの会」は、「おにぎり」ではなく、人と人、生産者と消費者などさまざまな「縁むすび」の活動をしています。そのため、食の魅力を発信されている団体や、生産者など、多くの方との繋がりが生まれ、その繋がりを大切にしつつ楽しんで活動しています。

農産物の良さやおいしさを知ってもらいたいと、「おふくろの味フェスタ in しかの～鳥取の味力～」にブース出展で参加したところ、大勢の方に喜んでいただいただけでなく、来場された方からの感謝の声を生産者さんに伝えることで、喜びの輪を大きく広げることができました。

今後の目標

料理教室などの活動を続けてきた中で、参加者からの「食べられなかったものが食べられるようになった」「またセミナーを開催してほしい」と今後の活動を求めてくださる声に、やりがいを感じています。そして、一緒に作って一緒に食べる喜びを共有することで、繋がりが強くなるということも活動を通して学びました。

コロナ禍ではあるけれども、今後少しずつ、少人数でも教室やセミナーを再開していきたいと考えています。これからも食から免疫力を高め、鳥取県に健康な人を増やすことに貢献していきたいと思えます。

