

# 「豊海おさかなミュージアム」子ども食育セミナー

## さかなパワーを丸ごといかした食事づくり

豊海にすてきなおさかなミュージアムがあることを知っていますか？

ミュージアムでは、展示している内容をしっかり学びながら、それをいかした食事づくりをする食育セミナーを毎月1回土曜日に開催しています。ぜひご参加ください！お待ちしております。

月	日	曜日	子どもセミナーのテーマ	内容
4月	3日	金	「つば抜き」って知っている？ 包丁を使わずに魚の処理ができる？	自分が食べる「あじ」を自分で調理します。丸ごと1尾をきれいに食べるコツもわかっちゃうよ。(両日同じ内容です。都合の良い日にきてください)
	4日	土		
5月	9日	土	かつお1尾から何人分の「かつおのたたき」が作れるでしょうか？	丸ごとかつおをさばいてたたきを作ります。さて、1尾から何人分のたたきが作れるかしら？
6月	13日	土	自分でけずったかつお節、どんな姿かな？ おいしいかな？	かつお節の最上級品「本枯節」をけずってみましょう。そのかつお節を使った料理で、日本食のおいしさを再発見！
7月	11日	土	バランス良い食事は何種類の料理を食べればいいのか？	どんな料理をそろえるとバランスの良い食事になるのか探検します。さかな料理は何と一緒に食べるとよいでしょう。
8月	未定		さかな丸ごと食育探検ツアー in 茨城県ひたちなか市	多種多様な魚が漁獲される茨城県ひたちなか市で、魚が私たちの食卓に並ぶまでの道のりを探検します。宿泊型ですので、保護者と一緒に参加してください。(スケジュールの詳細は後日お知らせします)
9月	5日	土	メジャコンがぴったりな食事作りを教えてください？ 団ジャコンって誰？	自分にとって「ちょうど良い食事の量」ってわかりますか？ メジャコンと一緒に歌いながら学習しましょう。どんなお弁当が作れるかしら？

場所	豊海おさかなミュージアム 〒104-0055 東京都中央区豊海町5-1 豊海センタービル2階
時間	10時～13時30分 (ミュージアム集合・解散。保護者の送迎をお願いします) 15分前から受付いたします。
内容	① おさかなミュージアムで、さかなパワーを探検する。 ② 食事作り実習室で、さかなパワーをいかした食事を作り、みんなで一緒に食べて、楽しめます。
参加できる	小学生 (ひとりでも、お友達と一緒にでも) 各日15名 (先着順です)
講師	豊海おさかなミュージアム管理栄養士・さかな丸ごと食育専門講師 高橋 千恵子 先生
参加費	無料
持ち物	筆記用具、エプロン、ハンドタオル、上履き、三角巾(バンダナ) (これまで参加したことある子は「さかな丸ごと探検ノート」、初めての子はミュージアムで準備しています)
申込方法	申込書に記入し、下記までFAXまたはメールで送ってください。

\*参加した人は、NPO法人食生態学実践フォーラムと東京水産振興会がすすめている「さかな丸ごと食育サポーター」の受講カードを受けとることができます。

「さかな丸ごと食育サポーター」となって、身近な人に、探検・発見したさかなパワーを伝えてください！

いっばんざいだんほうじん とうきょうすいさんしんこうかい たんとう きむら  
一般財団法人 東京水産振興会(担当 木村)

もうしこみさき といあわ  
申込先・問合せ

TEL:03-3533-8111 FAX:03-3533-8116

✉ アドレス kimura-tkyfish@blue.ocn.ne.jp

とよみ こ しょくいく  
 「豊海おさかなミュージアム」子ども食育セミナー  
 さかなパワーを丸ごといかした食事づくり

さんか ひ  
 参加できる日に○をつけてください。

さんかもうしこ 参加申込み (○×)	月	日	曜日	こ 子どもセミナーのテーマ
	4月	3日	金	「つぼ抜き」って知っている？ 包丁を使わずに魚の処理ができる？(両日 同じ内容です。都合の良い日にきてください)
		4日	土	
	5月	9日	土	かつお1尾から何人分の「かつおのたたき」が作れるでしょう？
	6月	13日	土	自分でけずったかつお節、どんな姿かな？ おいしいかな？
	7月	11日	土	バランス良い食事は何種類の料理を食べればいいの？
	8月	未定		さかな丸ごと食育探検ツアー in 茨城県ひたちなか市
	9月	5日	土	メジャコンがぴったりな食事作りを教えてください？メジャコンって誰？

しめい  
氏名

せいべつ  
性別

がっこう がくねん  
学校・学年

じゅうしょ  
住所

でんわばんごう  
電話番号

ばんごう  
FAX番号

メールアドレス

※記載頂いた情報は当会事業以外の目的で使用することはございません。

もうしこみさき といあわ  
申込先・問合せ・アクセス

いっばんざいだんほうじん どうきょうすいさんしんこうかい しんこうぶ たんとう きむら  
一般財団法人 東京水産振興会 振興部(担当 木村)

でんわ  
電話/ファックス 03-3533-8111/03-3533-8116

メールアドレス [kimura-tkyfish@blue.ocn.ne.jp](mailto:kimura-tkyfish@blue.ocn.ne.jp)

じゅうしょ  
住所 〒104-0055 東京都中央区豊海町5-1 豊海センタービル 7階

ミュージアム  
ホームページ <http://www.suisan-shinkou.or.jp/museum/>

