

米沢市SDGs「わたしのなせばなる」を紹介します

企業・団体名 九里学園高校 2年

代表者氏名 吉田樹里

関係するSDGsの目標（ゴール）に○を書いてください。（複数選択可）

①貧困 		②飢餓 	○	③保健 	○	④教育 	○	⑤ジェンダー 		⑥水・衛生 	
⑦エネルギー 		⑧経済成長・雇用 		⑨インフラ・産業化・イノベーション 		⑩不平等 		⑪持続可能な都市 	○	⑫持続可能な生産と消費 	
⑬気候変動 	○	⑭海洋資源 		⑮陸上資源 	○	⑯平和 		⑰実施手段 	○		

取組のタイトル

魅力ある高畠の食材の情報発信

取組の説明

※SDGsの各ゴールの達成にどのように貢献するかなどを記載してください。

※欄が不足する場合や写真・画像がある場合は任意様式（A4タテ）で提出してください。

別紙のとおり（高校生チャレンジ発表資料より抜粋）

魅力ある高畠の 食材の情報発信

九里学園高等学校

吉田 樹里

R4 10・3

高畠町の現状



- ・ 若者の都市部への流出による人口減少
 - ・ 高齢化
- これらの現象により地域の存続が危うい



地域を活性化させなければならない

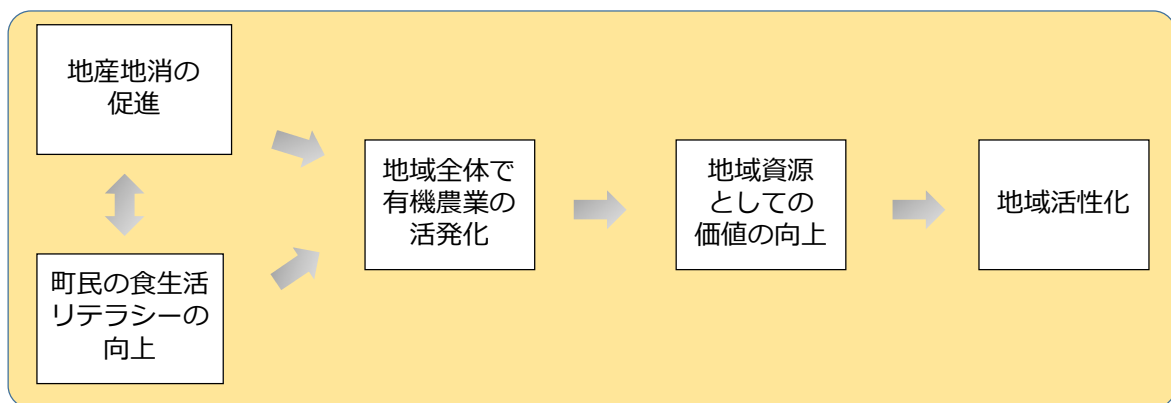
高畠は有機農業の発祥地

◎1973年に星寛治さんを中心に
有機農業運動が開始

現在も活発に有機農業が行われている

有機野菜が家庭に取り入れられると、、、

- ①地産地消の促進
- ②町民の食生活リテラシーの向上



●高畠町「食育・地産地消推進計画」によると...

「食材を購入する際に意識していることは何か」

- ・“地産地消”と答えた方が **14.6%**
- ・“有機栽培・減農薬”と答えた方が **12.4%**



町民の地産地消や有機栽培・減農薬などに対する意識の低さが見えた

先行研究

(活動内容)

昭和39年に“和田地区自給野菜組合”が
和田地区の小中学校に地域の農産物を

この取り組みが行われて
いるのは和田地区のみ
→高畠町全体に食育が
広まっていない



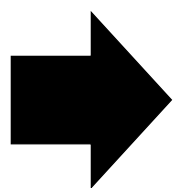
(成果)

- ・地域子どもたちの成長を地域全体で支えている
- ・給食時の子どもたちの様子を伝えることで
農家の生産意欲向上

農林水産省(2021)「地産地消推進の取り組みの事例（令和3年3月）」

課題

- ①高畠町全体での食育が行われていない
- ②家庭で高畠の食材が取り入れられていない
- ③地産地消を意識している人が少ない



有効的な情報発信の検討や
実際に出前授業を行い、
有機農業の魅力や価値を伝える



研究方法

- ①中学生対象のアンケート調査の実施
+ 栄養教諭の方に話を聞く
➡ 中学生の有機農業への認知度や関心度を把握する
- ②パンフレット作成・配布
- ③出前授業
➡ 高畠の食材の魅力や正しい情報を知ってもらう
- ④プランター栽培
➡ プランター栽培が可能か検証する

[高畠中学校の現状]

- 給食でゲンキナを旬の時期に月に2, 3回提供している
- ゲンキナについての一口メモを放送している
→ ゲンキナは多くの生徒の印象に残っていることが
事前アンケートからわかる
- × 中学生の食材についての知識理解や関心度は低かった
- × 保護者には情報が伝わっていない

[改善方法]

- × 中学生の食材についての知識理解や関心度は低かった
→ 食育を実施して中学生の食材に対しての意識を高める
- × 保護者には情報が伝わっていない
→ パンフレットを配布し給食だけで終わらせない

はじめに

私たちは探求学習の一環で高島町にフィールドワークへ行く機会がありました。

そこで、高島町の歴史や文化、自然、食材などの魅力を知り、その魅力を高島町に住む皆さんにも知ってもらいたいという思いで研究を進めています。



このパンフレットでは高島町の豊富な地域資源の中でも食(ゲンキナ、薬元米、有機野菜)について紹介します!!

生産者情報

菊池良一さん



食の面でスポーツ界のアスリートも支えている高島町の有機農家菊池さんの和法茶膳研究所(菊池農園)では「安全で、おいしく、体に良い食べ物」をつくることを目的としています。

菊池さんは、「体に良い食べ物」は「ミネラル濃度の高いもの」と考えています。現代人に必要不可欠なミネラルを植物から摂取してもらうため研究に励まれています。

パンフレットの中で紹介したゲンキナ、薬元米は菊池さんが栽培されているものです!!

高島 FOOD で 健康 MOOD

山形県米沢市
九里学園高等学校
プログレスコース1年

ゲンキナ

ゲンキナとは…

ゲンキナはツルムラサキ科のオカワカメを特別栽培した米食のある健康野菜。現代人に必須なマグネシウム、カルシウム、亜鉛、銅などのミネラルが豊富に含まれている。

マグネシウムと水溶性食物繊維が豊富なためお通じが良くなる!
※ゲンキナの旬は6月から10月



<ゲンキナのレシピの例>
・ゲンキナ入りスクランブルエッグ



材料 ゲンキナ …50g
 卵 … 2個
 白だし … 小さじ1
 こしょう … 少々
どちらか選ぶ 塩 … 少々
 砂糖 … 大さじ1

・ゲンキナ入りかきたま汁



材料 水 …100cc
 鶏がらスープの素 …小さじ5から6
 しょうゆ … 小さじ1
 塩 … 少々
 こしょう … 少々
 卵 … 1から2個
☆水溶き片栗粉
 片栗粉 …大さじ1から2
 水 …大さじ1から2

☆ゲンキナをトッピングする

[茹でる]
○ わかめのような食感
× 色がわるくなる
→ 茹ですぎない
→ 水につけておく

[生で]
○ 色、食感がいい
× 苦みが残る
→ 子供向きではない

薬元米

薬元米とは…

人間の体に必要なミネラルの濃度が通常の玄米よりも高いお米。
※ミネラルは生命活動を維持するために必要な酵素の働きを支える



配布先

- ・高島中学校
- ・スーパー
- ・回覧板

→プランターで栽培が可能か検証

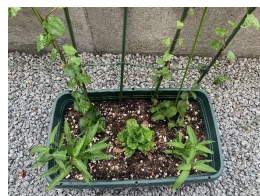
- ・可能だった場合小学生などの栽培学習で有機野菜を使用することが可能になる
- ・有機野菜をつくることから学ぶことができる



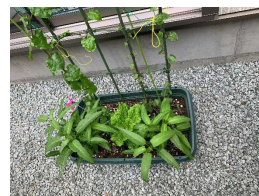
[成長過程]



6月16日
茎レタス：黄緑色
空芯菜：葉が細い
ゲンキナ：小さい



7月3日
茎レタス：葉が厚くなった
空芯菜：葉が大きくなった
ゲンキナ：ツルが伸びた



7月10日
茎レタス：枚数が増えた
空芯菜：茎が太くなった
ゲンキナ：葉が増えた



8月19日
茎レタス：収穫終了
空芯菜：収穫量の増加
ゲンキナ：収穫可能

[収穫（一部）]



7月2日



7月10日



8月12日

今後の展望

- ・パンフレットの配布
→配布先の交渉
- ・出前授業の実施
→中学校との打ち合わせ
- ・農家さんへプランター栽培検証の報告