

豊海おさかなミュージアム オンライン食育セミナー1月

新しい年がスタートいたしました。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

「3・1・2弁当箱法」のオンラインでつながった学習会の反省をもとに、今月も同様の学習会を実施したいと、講師を引き受けてくださった小島さんと準備していたところ、国から緊急事態宣言が発令され、急遽このような形式に変更いたしました。臨機応変に対応できる

「おさかなミュージアム」のスタッフ“力”ってすごい！おさかなパワーのおかげでしょうか？

ぜひ、繰り返しご覧いただきおいしいイワシ料理を家族で味わってください。

1. 探検内容:「節分を探検してみよう！」

なぜ、節分にイワシを食べるのか、皆さん知っていますか？

探検ノートと一緒に学んでみましょう。

今回の講師は、

「さかな丸ごと食育」養成講師で
食育リーダーの小島厚子さんです！

DVD をご覧ください！



① 節分を探検してみよう

～00:46 始まりの挨拶

～06:42 節分についてのレクチャー

「豊海おさかなミュージアム 食育セミナー」用に作成したものです。拡散しないようにお願いします。

2. さかなパワーをいかした おいしい食事づくり

イワシがピザに変身？ イワシ料理を主菜にした食事づくりに挑戦！



DVD をご覧ください！

① 節分を探検してみよう

～19:10 食事づくりの学習

～19:10 食事の整え方のお話

20:55～ 終わりの挨拶

イワシ料理では、“塩焼き”や“かば焼き”が思い浮かぶと思いますが、今回はいつもと一味違った、洋風の「イワシのピザ風焼き」を主菜にして、一食を整えてみましょう。どんな一食になったのか、写真を撮って、ぜひ教えてください！

3. 旬の「さかな」紹介

🐟 今月のおさかな「イワシ」 🐟 おさかな先生・石井

もうすぐ節分ですが、今年はコロナ禍で季節感を味わうというには？でしたね。
さて「節分と魚」といえばイワシです。

イワシでウイルス退治！というようなことになれば、「アマビエ」以上に
知名度アップ=免疫アップとなり万々歳なのですが。（今でも知名度は高いですが）

今回の食材もマイワシを使いますが、マイワシの最新の情報をお伝えしましょう。

マイワシは2019年（令和元年）にサバ類を抜いて1995年（平成7年）以来の
魚類の漁獲量トップの座に返り咲き、去年もさらに漁獲量を伸ばして首位の座につきました。

2年連続1位を維持しています！

新型コロナ以前にも食育セミナーでは「イワシの手開き」を1年に1回は実施してきましたね
その代わりにサンマが不漁続きで食育セミナーから遠のいていますが…

今回は節分が近いことありますが、「今イワシが日本ではたくさん獲れている」と
いうことが背景にあることを覚えておきましょう！！

4. お知らせ

今年度の「豊海おさかなミュージアム」食育セミナーは今回で終わりになります。昨年より大変
な状況となってしまう、残念ながらミュージアムでの開催はできませんでしたが、皆さまの
ご協力や温かなお気持ちのおかげで、メールや動画を通して一緒に食育セミナーをできたこと
に、心より感謝申し上げます。

来年度も、Zoomでのオンライン学習やDVDでの動画学習を計画しております。皆さまにもお
力をお借りしなくてはならないことがあるかと存じます。引き続き「豊海おさかなミュージアム」
食育セミナーをよろしくお願いいたします。

今年度も、皆さまどうもありがとうございました。

体調を崩さぬよう、気を付けてお過ごしください。



豊海おさかなミュージアムスタッフ一同より