

C. 子どもたちから共食へのメッセージ
「つくってあげたいごはん」コンテスト
作品集

名古屋学芸大学 管理栄養学部 創立10周年記念事業
「つくってあげたいごはん作品集」より転載

2013年5月27日 改訂新版

執筆・編集 管理栄養学部 10周年記念事業委員会（藤木理代、塚原丘美、立花詠子、
間崎剛、山田千佳子、早戸亮太郎、日暮陽子、岸本満）

発行者 山中克己

発行所 名古屋学芸大学管理栄養学部

つくってあげたいごはんコンテスト

「にっこり丼」

名古屋学芸大学管理栄養学部 創立10周年記念事業
「つくってあげたいごはん」コンテスト

●だれに食べてもらいたいですか？
世界の人々です。

●作品のタイトル：**にっこり丼**

●「つくってあげたいごはん」の絵に文やことばを添えて表現して下さい。

●どんなときに食べてもらいたいですか？
辛い時やさみしい時や 悲しい時です。

●どうしてこのごはんを描きましたか？
にっこりと笑顔になって元気を、出してほしいからです。

●そのほか、何かこの作品のアピールポイントがあれば書いてください。
(この作品を描いているときに、どんな思い出や気持ちが出ましたか？)
この作品を描いている時に、このにっこり丼を食べて、1人でも、多くの人が元気をだしたら、うれしいなと思って描きました。

■注意点

- 必ず使いたい食材、または使って欲しくない食材があれば書き添えてください。
- 文字はしっかり書くようにしてください。また色もできるだけ濃い目に塗ってください。
- クレヨンやクレパスなど、にじんだりこすれたりする場合がありますので注意してください。



つくってあげたいごはんコンテスト

「7しよくのピアノすし」

名古屋学芸大学管理栄養学部 創立10周年記念事業
「つくってあげたいごはん」コンテスト

●作品のタイトル: **7しよくのピアノすし**

●「つくってあげたいごはん」の絵に文やことばを添えて表現して下さい。

●だれに食べてもらいたいですか?
ピアノの先生

●どんなときに食べてもらいたいですか?
コンサートのあと

●どうしてこのごはんを描きましたか?
ほぐのきよをつくってくれたから

●そのほか、何かこの作品のアピールポイントがあれば書いてください。
(この作品を描いているときに、どんな思い出や気持ちが湧かんできましたか?)
ありがとうきもち


■注意点

- 必ず使いたい食材、または使って欲しくない食材があれば書き添えてください。
- 文字はしっかり書くようにしてください。また色もできるだけ濃い目に塗ってください。
- クレヨンやクレパスなど、にじんだりこすれたりする場合がありますので注意してください。



つくってあげたいごはんコンテスト


「くだものバスケット」



名古屋学芸大学管理栄養学部 創立10周年記念事業
「つくってあげたいごはん」コンテスト

●作品のタイトル: くだものバスケット

●「つくってあげたいごはん」の絵に文やことばを添えて表現して下さい。



●だれに食べてもらいたいですか?
ももちゃん(お母さんのいとこの子ども)

●どんなときに食べてもらいたいですか?
ももちゃんのおたん生日

●どうしてこのごはんを描きましたか?
ももちゃんなので、やっぱりメインはももの形がよくて野菜も食べられるように、お肉も食べられるようにするため、もも以外の果物もくきました。

●そのほか、何かこの作品のアピールポイントがあれば書いてください。
(この作品を描いているときに、どんな思い出や気持ちが湧かんできましたか?)
ももちゃんがかくだものバスケットを食べて、いろいろな野菜が賞えられて、お母さんのフルーツがわかるようになってほしいです。

■注意点

- 必ず使いたい食材、または使って欲しくない食材があれば書き添えてください。
- 文字はしっかり書くようにしてください。また色もできるだけ濃い目に塗ってください。
- クレヨンやクレパスなど、にじんだりこすれたりする場合がありますので注意してください。



つくってあげたいごはんコンテスト

「おじいちゃんのレストラン」

名古屋学芸大学管理栄養学部 創立10周年記念事業
「つくってあげたいごはん」コンテスト

●作品のタイトル: おじいちゃんのレストラン

●「つくってあげたいごはん」の絵に文やことばを添えて表現して下さい。

●だれに食べてもらいたいですか?

私の祖父

●どんなときに食べてもらいたいですか?

火傷でしまったとき。

●どうしてこのごはんを描きましたか?

私の祖父は、火傷でかぼちゃを作っていて、夏になると迷ってしまうので、かぼちゃを使ったごはんにしました。
また、祖父はグラタンが大好きだからです。

●そのほか、何かこの作品のアピールポイントがあれば書いてください。

(この作品を描いているときに、どんな思いや気持ちが湧かんできましたか?)

私は前に、野菜の収穫を手伝ったことがあるけど、とまづかれたのできっと祖父もつかれていると思う。だからこのごはんで元気になってほしいです。かぼちゃはビタミンAが豊富なので、これを食べればこれからも健康でいてほしいです。

■注意点

- 必ず使いたい食材、または使って欲しくない食材があれば書き添えてください。
- 文字はしっかり書くようにしてください。また色もできるだけ濃い目に塗ってください。
- クレヨンやクレパスなど、にじんだりこすれたりする場合がありますので注意してください。



つくってあげたいごはんコンテスト

「夏のキラキラ☆ワクワクごはん」

名古屋学芸大学管理栄養学部 創立10周年記念事業
「つくってあげたいごはん」コンテスト

●だれに食べてもらいたいですか？

わたしの弟

●作品のタイトル：夏のキラキラ☆ワクワクごはん

●「つくってあげたいごはん」の絵に文やことばを添えて表現して下さい。

●どんなときに食べてもらいたいですか？

特別な日に

●どうしてこのごはんを描きましたか？

弟は野菜が嫌いで、いつもお母さんを悩ませています。なので弟が大好きなカブトムシとギョウザを何かの野菜にみたくておいしく栄養を取ってくれたらいいなと思ったから。

●そのほか、何かこの作品のアピールポイントがあれば書いてください。
(この作品を描いているときに、どんな思いや気持ちで描きましたか？)

弟にはカブトムシみたいに強くて太陽みたいにキラキラと元気に大きくなってほしい。

■注意点

- 必ず使いたい食材、または使って欲しくない食材があれば書き添えてください。
- 文字はしっかり書くようにしてください。また色もできるだけ濃い目に塗ってください。
- クレヨンやクレパスなど、にじんだりこすれたりする場合がありますので注意してください。



つくってあげたいごはんコンテスト

「ママのかおむらいす」

名古屋学芸大学管理栄養学部 創立10周年記念事業
「つくってあげたいごはん」コンテスト

●だれに食べてもらいたいですか？
おかあさん

●作品のタイトル ママのかおむらいす。

●「つくってあげたいごはん」の絵に文やことばを添えて表現して下さい。

●どんなときに食べてもらいたいですか？
つかれているとき

●どうしてこのごはんを描きましたか？
けんきかてるとおもったから

●そのほか、何かこの作品のアピールポイントがあれば書いてください。
(この作品を描いているときに、どんな思いや気持ちが強かんできましたか？)
なかよくいっしょにたべたい

■注意点

- 必ず使いたい食材、または使って欲しくない食材があれば書き添えてください。
- 文字はしっかり書くようにしてください。また色もできるだけ濃い目に塗ってください。
- クレヨンやクレパスなど、にじんだりこすれたりする場合がありますので注意してください。



後日談

足立己幸

総合討論最後の一言発言のことです。

小泉英明先生は塚原報告を取り上げ、“…作ってあげたいごはんコンテスト、すばらしかったですね。あれはぜひ実行したいと思って、明日は日曜日ですので、さっそく私のイメージでオムレツを一つ作ってですね、それにケチャップで文字かあるいは絵を描いて、家内に温かいうちに食べさせたいなど”と重大告白をされたのです。

私は後日、感銘を受けた特別講演について感謝のメールを書きました。その最後に次の一文を添えました。以下、Kは小泉先生で、Mは私です。

M：オムレツはいかがでしたか？ 先生のお人柄がとても良く伝わってくるメッセージでした。本当にありがとうございました。

K：オムレツは、翌朝、写真のようなものを作りましたが、柔らかなケチャップで形を描くのは、意外と難しく、お恥ずかしいものとなりました。小学生の方々の方が、ずっとお上手ですね。味はOKだったようですが・・・



M：小泉先生の“Love オムレツ”に感動して、M家でも昨日77歳になった私が家族に感謝のちらしずしを作りました。いつもお雛様と誕生日と一緒に祝って、ちらしずしは母の代からの定番です。今年は小松菜の葉で“ありがとう”を書きました。プチトマトをハート形に切り込んだのですが見えますか？その前日に南三陸町仮設エリアの食支援で遅く帰りましたので、買い物に行くことができず、常備菜で作っているピクルスの中身を刻んで混ぜ込んだ簡単ちらしずしです。少し恥ずかしいですが、写真を送ります。



K：オムレツの件は恐縮です。もちろん素人の写真ですので、どのようにしていただいても問題はありませんが、本当にお恥ずかしい限りです。ぶっつけ本番の一枚だけのオムレツでしたが、今週末には、バレンタインのチョコを作ってくれた姪に、もう少し改良したものを食べさせたいと考えております。レシピを一切見ないで、覚えている味を再現することに面白さを感じておりますが、前回感じましたのは、フライパンは昔ながらの鉄が望ましいということでした。