

【プログラム内容】

●事前オンラインセッション

9月25日（木）15:00-16:30

プログラム目的の共有、参加者自己紹介

※参加が難しい方は、アーカイブを共有いたします。

●小浜合宿 【大人の食育－食の体験を活かしたウェルビーイング向上プログラム－】

10月15日（水）

9:50 敦賀駅 東口広場 集合 小浜市内へ向けて貸切バスで移動
（東京駅 6：16 発 北陸新幹線、京都駅 8：41 発 サンダーバードのご利用を想定）

10:45 小浜市内到着

ワークショップ① チェックイン 旅の始まり～お互いを知る

12:15 【食の学び①】昼食 校区内型地場産学校給食試食 ※1

13:45 【食の学び②】農業 未来型農業を取り入れたメガファーム ※2

15:00 【食の学び③】館内展示解説（「和食」を様々な角度から学ぶ）※3

16:00 ワorkshop② 心の旗を立てる～食文化への問題意識

17:00 【食の学び④】水産業 小浜よっぱらいサバ養殖生簀見学と講義 ※4

18:30 【食の学び⑤】夕食 鯖料理堪能で体得する日本の食文化

20:30 【1日目終了】宿泊場所へ移動

小浜美郷小学校

(株)若狭の恵

食文化館

田島区

浦谷旅館

10月16日（木）

3:30 【食の学び⑥】水産業の現場体験（魚船に乗り定置網揚げと魚選別体験）※5 宇久定置網（有）
※早朝からの漁船乗船は希望者のみであり、雰囲気だけを味わう短時間乗船も可能

7:30 魚の競り見学、冷凍貯蔵庫見学、お魚市場見学

県漁連、お魚センター等

8:45 朝食 「地産地消をすすめる店」の紹介

9:30 ワorkshop③ 聴ききる～お互いの想いと気づきを引き出す

おくどさん

11:00 【食の学び⑦】昼食 食育（心を育む調理実習）※6

食文化館

14:00 ワorkshop④ チェックアウト

ともに変わる～自分ごとのウェルビーイングとは

16:00 道の駅で買い物およびコミュニケーションの時間（自由時間）

道の駅その他

ワイワイとお買い物や、出会ったメンバーとの関係性を深めあう雑談タイム

17:00 【2日目終了】小浜出発 敦賀駅へ向けて貸切バスで移動

18:00 敦賀駅到着 解散



※1 校区内型地場産学校給食
学区内で採れたものを優先的に利用する、究極の地場産学校給食。
児童は、生産者につながりが感じられるため、食べ残しがない。



※2 (株)若狭の恵
スマート農業やストーリー性がある商品展開で成功しているメガファーム。



※3 御食国若狭おばま食文化館
全国でも類を見ない食文化をテーマにしたミュージアム。館内には、1000点近い見事な料理レプリカが展示されており、小浜市の食文化を中心に、ユネスコ無形文化遺産「和食」について様々な角度から学べる。併設するキッチンスタジオでは、子どもから高齢者までの、多様な調理体験が可能。



※4 小浜よっぱらいサバ養殖生簀
「御食国と鯖街道」の日本遺産認定を契機に始まったマサバ養殖
餌に京都の酒蔵の酒粕を混ぜ、マサバの旨味を増す「よっぱらいサバ」は、刺身でいただけるため大変人気であったが、近年の海水温上昇で、水揚げ量が激減した。現在も、さまざまな難題解決に挑戦しながら研究や取り組みを進めている。



※5 魚船に乗り定置網揚げと魚選別体験



※6 食べさせたい「だれか」を思いながら料理を作る。



ワークショップ（内省対話プログラム）

スローイノベーション(株) 代表取締役
野村 恭彦 氏 博士（工学）

- ・ 株式会社フューチャーセッションズ 創業者
- ・ 金沢工業大学（KIT 虎ノ門大学院）教授
- ・ 国際大学 GLOCOM 主幹研究員
- ・ 一般社団法人つなげる 30 人 理事
- ・ 渋谷未来デザイン フューチャーデザイナー
- ・ 日本ナレッジ・マネジメント学会 理事
- ・ 日本ファシリテーション協会 フェロー
- ・ 著書に「フューチャーセンターをつくろう」「イノベーション・ファシリテーター」など、監訳に「コミュニティ・オブ・プラクティス」「ゲームストーミング」「コネクト」「シナリオ・プランニング——未来を描き、創造する」など多数

ワークショップ（内省対話プログラム）とは

今回のプログラムでは、魅力ある小浜市の農業や漁業の視察や体験、校区内型地場産学校給食の試食や調理体験といった食育事業にたくさん触れていただきます。

そして、ワークショップ（内省対話プログラム）では、そのような非日常の体験や新たな出会いを振り返りながら、自分自身が「何に心を揺さぶられたのか」や「何に気づいたのか」を明確にして、それを目標設定につなげるトレーニングを行います。

さらに、目標の実現には「どうすればよいのか」を自身の内面に問いかけ、また、メンバーの意見を聴ききる「傾聴」のプロセスを経て、未来シナリオを描き、最終的には、行動変容、いわゆるウェルビーイングの向上につなげていきます。

このような企業の人勢育成プログラムは、一般的には会議室等で実施し、複数回の介入が必要ですが、非日常の環境（旅）や食の体験のパワーを活用することで、1泊2日の短期プログラムが成立します。