

## 【農林水産省 Let's! 和ごはんプロジェクトに参画中です】 子どもが好きな“朝和ごはん”メニューや盛り付けをご提案

「食卓からココロ豊かに」をミッションに掲げ、調理用品の企画・開発・販売を行う和平フレイズ株式会社（東京都荒川区 代表取締役社長：林田雅彦）は、農林水産省が推進する「Let's! 和ごはんプロジェクト」に参画中です。



### Let's! 和ごはんプロジェクトとは

忙しい子育て世代に、子どもが身近・手軽に「和ごはん」を食べる機会を増やしてもらうため、企業等の新たな商品・サービスの開発・販売、子ども向けメニューの展開等を促進するためのプロジェクトです。  
このプロジェクトを通じて、味覚が形成される子どものうちに、和食の味や食べ方の体験の機会を増やし、ユネスコ無形文化遺産に登録された和食文化の保護・継承につなげていきます。（[農林水産省HPより引用](#)）



和ごはんとお子さまのいる  
ご家庭をつなぐ橋渡しの役割



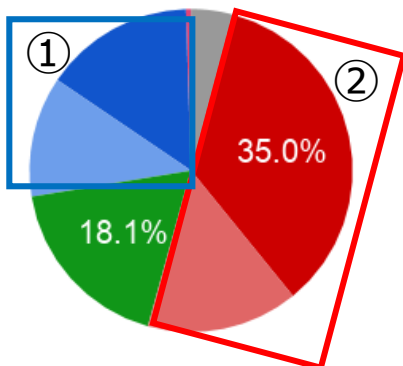
FREIZ

### ■参加目的：

農林水産省が推進する「Let's! 和ごはんプロジェクト」の活動を通して、和食がもっと好きに感じられるように働きかけることが当社のミッションです。家庭用品メーカーとして、和食が身近&手軽に作ることができる調理器具とレシピ提供を行います。

5歳以下のお子さまがいるパパ・ママに調査しました。

Q.あなたのご家庭の朝食メニューは、パン食（シリアル含む）、ご飯食どちらが多いですか？  
（和平フレイズ実施：n=580名が回答）



- 朝食自体を食べない人が多い
- ほぼパン食
- パン食がやや多い
- パン食、ごはん食半々
- ごはん食がやや多い
- ほぼごはん食
- その他

### アンケート結果

- ①朝ごはん派：約27%
- ②朝パン派：約50%

朝はパン派が多数  
理由：作るのが楽だから

朝パン派からは、栄養バランスがしっかり摂れていないのではとの懸念もありました。  
上記のアンケート結果から、当社では以下の企画を立ち上げました。

### ■企画名：朝ごはん改善プロジェクト

和平フレイズの和ごはんプロジェクトでは、**子どもが好きなメニューや盛り付けでコミュニケーションが取りやすい“朝和ごはん”を提案**します。

毎月、テーマを決めて取り組み、8月のテーマは、「ご飯」です。

今回は、子どもの遊び食べに悩む、社員ママのリアルレポートをご紹介します。



## 和のアレンジで子どもが喜ぶ朝食に大変身

ママライターに伺ったリアルな声と当社の社員が解決案を提案するコラムをひと月に2回配信いたします。

初回は、社員であり2児の母でもある「にしもと」がお送りします。

にしもと家 長男：小学校1年生、長女：3歳

### 食事についての悩み：朝食を食べてくれない・食べるのが遅くて手こずる

子どもが食事中に他の家事を片付けて食卓へ戻ると、子どもの気が散ってしまい遊びだすことが多々ある。声をかけると食べ出すが、また遊びだしてしまうのを繰り返すため、あつという間に保育園に行く時間になってしまう。朝食はほとんど手付かずで**栄養をしっかりと摂れているかが心配**になる。

【理想】隣に寄り添って食事が終わるまで面倒を見てあげたい

【現実】長男の手伝いや保育園の支度、家事等で時間が限られてしまう

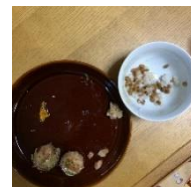
理想と現実のギャップに苦しんでいる、にしもと家で実際に試しました。

今回は、1度に9つのでまりおにぎりを作る、ままさぼ てまりごはん型を使用して、「たこ焼き風おにぎり」を作りました。

**見た目や味をアレンジすることで、普段はあまり食べてくれない朝食も食べてくれた**ようです。



▲遊び食べをするので、ほとんど手付かずの朝食



▲ほとんど完食

### たこ焼き風アツアツおにぎり (18個分)

#### 【材料】

- ・ご飯…380g
- ・ゆでだこ…80g
- ・天かす…20g
- ・シュレッドチーズ…30g
- ・たこ焼きソース…大さじ4
- ・かつお節…5g
- ・青のり…小さじ2

#### 【作り方】

1. ご飯は温める。ゆでだこは小さく刻む。
  2. ボウルに全ての具材を入れて、切るように混ぜ合わせる。
  3. てまりごはん型の穴の部分に、2のご飯を少し盛りあがるように敷き詰め、押し器具をかぶせてぎゅっとし、形を整える。
  4. ラップをかけ、600Wの電子レンジで約1分30秒加熱する。
  5. 型から取り出して、これをもう1度繰り返す。
- 召し上がる際に、お好みにかつお節、青のりをかける。

#### 【時短ポイント】

- 加熱直後はご飯が柔らかく、形が崩れやすいので、約5分置くと方から取り出しやすいです。
- 前日に形を整えるところまで作り、冷蔵庫に保存しておく。当日は、レンジ600Wで約2分30秒加熱してください。



▼今回使ったアイテム  
(ままさぼ てまりごはん型)



商品の詳細は[こちら](#)

▼完成イメージ



和平フレイズが運営する「キッチン道具のノウハウ」を発信するメディア [DAYWEAR WAHEI](#) (デイウェア ワヘイ) で、月2回配信予定です。ぜひご覧ください。

**DAYWEAR**  
WAHEI

#### 【プレスリリースに関するお問い合わせ先】

和平フレイズ株式会社 広報

住所：〒116-0014 東京都荒川区東日暮里6丁目60番10号 日暮里駅前中央ビル6FB室

TEL：03-3805-7534 (広報専用ダイヤル) FAX：03-5604-7476

Mail：[press@wahei.co.jp](mailto:press@wahei.co.jp)

- 各種撮影用小道具としての製品の貸出、プレゼント企画につきましても、お気軽にお問い合わせください。