



報道関係者各位
プレスリリース

2025 年 9 月 2 日
株式会社インフィニティラボ

**沖縄発の食情報メディア「食 ZEN ラボ」、『食べる力を育てる食育特集』を配信開始
～親子で簡単に作れるレシピや「食べる力」を学ぶコラムを公開～**

株式会社インフィニティラボ(本社：沖縄県那覇市、代表取締役：小池 一嘉)は、食情報メディア「食 ZEN ラボ」にて『食べる力を育てる食育特集』を 2025 年 8 月 28 日に配信開始しました。本特集では、子どもと一緒に楽しめる簡単レシピや、日常の食卓から食育を実践できるコラムを配信。家庭での実践を応援し、子どもの「食べる力」を育むきっかけを提供します。

食生活を豊かにする食情報メディア
食ZENラボ
shokuzenlab.com

栄養×季節×農産物 レシピサイト

五感別	体調別	サスティナブルレシピ	簡単レシピ	郷土・地域別
抹茶とマスカルポーネのチーズ テリーヌ♡濃厚 & ヘルシー…	沖縄島人参と鶏肉の薬膳スープ ♪低脂肪で食物繊維たっぷり…	スイカの皮で爽やかピクルス♪ 丸ごと活用サスティナブル…	サーモン&じゃがいも&ズッキーナの簡単彩りサラダ♪…	シークワーサーのハニー生姜ゼリー♪カラダを内側から…

『食 ZEN ラボ (Shokuzenlab) 』

-栄養・季節・農産物/食材のレシピやコラムを配信する食情報メディア-

トップページ URL : <https://shokuzenlab.com/>

『食べる力を育てる食育特集』

URL : <https://shokuzenlab.com/feature-syokuiku-eat/>

【特集概要】

■「食べる力を育てる食育特集」について

家庭の食卓事情は社会の移ろいとともに変化しつづけています。料理機会の減少や孤食問題、偏食や簡素な食事による栄養バランスの乱れ等、私たちの食を取り巻く環境には様々な課題があります。本特集では『食べる力を育てる』ことをテーマに、「食」そのものへの関心を高める機会を増やす視点を盛り込んだコラムや、親子で楽しく安全に作ることができる簡単料理レシピ、子どもたちが自ら興味関心を持って賑やかに取り組んでもらえるようなおやつレシピ等をご紹介します。いずれもちょっとした日常の一コマに取り入れることができ、身近な場所で手に入る食材で作れるものばかりです。食育関連のレシピ紹介では、家庭で実践する料理・調理アイデアとして、3つの大切な観点「共食」「親子で作る」「地球に優しい」やレシピを選びやすいよう「栄養バランスガイドの料理区分」ごとにおすすめなレシピを紹介しています。

料理はただの栄養摂取ではなく、五感を通じて地域や文化と出会う、最初のきっかけにもなります。「見たことがない」から、「知っている」へ。やがては、「面白そう」、「もっと知りたい」へ。そうして育つ「食」への関心は、栄養面で満たされるばかりではなく、思いやりを育み、誰かを理解しようとする営みでもあります。食育は、日々の小さな積み重ね。季節の移ろいを五感で感じながら、まずはおいしく楽しく食べることから始まります。

『食べる力を育てる食育特集』

URL : <https://shokuzenlab.com/feature-syokuiku-eat/>

【掲載コラム・レシピ例】

■コラム名：「食べる力を育てる」現在の食育事情と未来への食育実践【食育コラム】

URL : <https://shokuzenlab.com/column-syokuiku-practice-future/>

■コラム名：和食を支える伝統野菜(ふるさと野菜)の紹介と二十四節気の日本食文化

URL : <https://shokuzenlab.com/column-washoku-traditional-vegetable-nijyushisekki/>

■レシピ名：花火満開べっこう飴レシピ＊食卓で夜空を楽しむ♪

URL : <https://shokuzenlab.com/recipe/art-gallery-nature-recipe-fireworks-candy/>



■レシピ名：子どもとつくる＊レンジでふんわり卵チャーハン

URL： <https://shokuzenlab.com/recipe/person-child-egg-fried-rice/>



一日3回の食事の時間。目の前にある料理や食材が、どこからどのように食卓にやってきたのか。日々を忙しく過ごしていると、なかなか想いの及ばないそんなことにも、時には目を向けてみると様々な学びや楽しみが生まれてきます。

なによりそのひと口を通して、私たちは“見えない誰か”とつながっているのだと気づくことができます。料理を作った人、その材料を育てた人、運んだ人、売った人――。

目の前にある食べものは、時代や場所を超えたたくさんの手と想いを経て、いまここに 있습니다。

目の前の食卓がどのように用意されたものなのか、どのような食材が使われ、どんな見た目でどんな味つけがされているのか。そしてその料理を、大切な家族や友人と共に味わい楽しむ時間、どんな会話を交わしてどんな気持ちになれたのか。それを思うと、「食べる」という行為は、五感をフルに使った素晴らしい学びの機会となりうるということがわかります。

「食」への関心を育てることは、やがて、他者を思いやる想像力や様々な土地の風土・文化、人々の暮らしのまなざしへと広がっていきます。「食育」は、実は子どもだけでなく、大人にとってもとても大切なもの。まずは気軽に、楽しんでできることからスタートするのを提案します。

いつもよりも、ほんの少しだけゆとりのあるそんな時間。そこから多くのことを学び、子どもたちが自分だけのかけがえのない「食べる力」をつかみ取ってくれることを願っています。

【親子で楽しむレシピ開発や食育イベント企画開催について】

インフィニティラボは、食品メーカーや農業組合など食関連事業者様からレシピ開発や食関連のコンテンツ制作、PR 等各種マーケティング支援を受託する事業運営を行っています。

自社商品を使った親子で楽しむレシピの開発やイベントの企画運営をワンストップでご提案いたしますので、ぜひお気軽にお問い合わせください。

◆食プロモーションサービス

URL： <https://infinitylab.co.jp/for-client-food-promotion/>

■会社概要

商号 : 株式会社インフィニティラボ
代表者 : 代表取締役 小池 一嘉
所在地 : 〒900-0015 沖縄県那覇市久茂地 1- 1 -1 9F
設立 : 2020 年 8 月
事業内容 : コミュニティ・プラットフォーム開発、レシピ開発・コンテンツ制作、地域創生
資本金 : 700 万円
URL : <https://infinitylab.co.jp/>

【本サイトに関するお客様からのお問い合わせ先】

株式会社インフィニティラボ
E-Mail : support@infinitylab.co.jp
<https://shokuzenlab.com/contact/>