

## 21年度「ちば食育推進ネットワーク交流会」の概要

- 1 日 時：平成22年2月19日（木） 13：30～16：00
- 2 場 所：キッコーマン国際食文化研究センター会議室
- 3 参加者：ちば食育ネットワーク会員 12団体・17名
- 4 テーマ：「今あらためて食文化と食育を考える」
- 5 主催者あいさつ

（江良消費・安全部長）

多くの会員の皆様にご参加いただき感謝いたします。  
「ちば食育ネットワーク」は、平成15年12月に発足以来6年が経過しました。食育は、全国各地で幅広い視点で、多くの関係者の参加で推進しています。

農林水産省としては、教育ファームの推進と食事バランスガイドの普及・啓発に重点を置いています。

本日の交流会は、「ちば食育ネットワーク」の会員であるキッコーマンさんの協力により、「国際食文化研究センター」で開催することができました。本日の交流会を通じて、会員皆様の食育の取組がますます発展することを祈念いたします。



### 6 講演

『キッコーマンにおける食育の推進について』

キッコーマン国際食文化研究センター長 長原 歩 氏

しょうゆづくり体験コースを小学生3～6年生を中心に行っています。工場見学としょうゆづくり体験をあわせて実施しています。2008年には、87000人で、小学生以外の大人の方の参加も増えていきます。この体験コースは、キッコーマンの食育活動の一環として行っています。



しょうゆづくり体験では、1年分の工程を1時間に短縮し、「原料に触れ」「こうじを盛り込み」「もろみを観察し」「もろみをしぼる」、その工程を実際に手で触れてもらい体験をしていただいています。

（その他、キッコーマンにおける食育活動の紹介）

『「食」を育む～「食」と「こころ」を考える』

キッコーマン国際食文化研究センター 前センター長 水永 秀雄 氏

本日は、「食生活アドバイザー」としての立場で、お話をさせていただきます。

「食べる」は、健やかな「からだ」と豊かな「こころ」を育みます。しかし、「孤食、個食、粉食・・・飽食、崩食」と言われ、共有されず日本の「食」と「こころ」が継承されなくなっています。「食」が乱れ、「こころ」が乱れるようになってきています。また、便利な「文明」のなかで、心豊かな「文化」をなくしています。

日本人の「食」は、季節の「食」、郷土「食」、伝統「食」、行事「食」など、

豊かな風土と伝統に育まれてきました。これらは、「穏やかな感情、情緒豊かなところ」「わび・さびという感性」も育み、和歌や俳句、茶の湯や懐石料理にあらわれています。

孔子・儒教の教えでは、「仁」「義」「礼」「智」「信」がとかれ、貝原益軒の「養生訓」では、「飲む水や食べ物は良く選べ、それによって天性（親から受継いだ性質）まで変わる。」（食が変わるところも変わる）との教えです。養生訓の「五思」では、

誰によって食事ができるのか、食材は誰が作って（獲って）くれるのか、社会に感謝を、貧しくて餓えている人もいることを、昔より食事ができることに感謝を、と江戸の「ころ」も学ぶことができます。

食を育むために、和食中心の食を心がける。5つの食材は「ここカギだ」で、「こ」米、「こ」根菜、「カ」海藻、「ギ」魚類、「だ」大豆を和風調味料「さしすせそ」で調理することです。

子どもの「食」を育むためには、「味覚」を育む、五味（甘味、塩味、酸味、苦味、うま味）を実感することによって、五感（味覚、視覚、臭覚、触覚、聴覚）が発達、また味覚の表現「あつあつ、ほくほく、かりかり、こりこり、さくさく、しゃきしゃき、しこしこ」につながっていきます。素材の背景を知り、火や道具の使い方を覚えていくことも大切です。1日のスタートは、朝ごはんです。朝ごはんを食べることで、脳が活動を始める。大切なのは、家族でその場を作り、会話を楽しみ、おいしく食べることです。

子どもの「ころ」を育むために、感謝の心を（自分に、家族に、社会に、生産者に、食材に - 命の大切さを）。食卓でのコミュニケーションを大切に、おいしい記憶を作ってください。「我が家の味」料理は愛情表現、家族の笑顔が一番のごちそう、どんな高級料理も家庭料理（我が家の味・記憶）にはかなわない。「みんなで、おいしく、楽しく、食べる」これが「食」を育てていくことになります。



## 7 意見交換及び活動報告

事前にネットワーク会員各団体から「食育等に関する取組報告」の提出をしてもらい、その報告に基づき参加各団体から報告を受け意見交換。

水田・畑の整備、区画整理、地域の活性化を業務とし、現在「長南町」で区画整理事業中。田んぼの生き物を観察する「田んぼの学校」を地元小学校と連携。

千葉県内では、大豆や麦の生産が少なく、その成育等の実態を知らない子どもが多い。

千葉県は、11月を「千産千消」月間に設定し、千葉県産を給食に取り入れる取組を県内全ての施設でできた。学校給食を通じて食育の推進。推進月間では、



普段給食の30%の県内産が、50%となった。

農林水産省の政策実現に向けて協議会設置し、米の消費拡大に向けて各種取組。日本型食生活の実現、太巻き寿司の講習会開催（6月の県民の日、浦安のシェラトンホテル）。都市ガス協議会とクッキングコンテスト、大多喜ガスと料理教室（丼物）。

食育をライフワークとして8年位が過ぎ、65歳です。

日本総合医学会で「食養」を勉強、食養とは、何をどのように摂取するかを哲学まで高めた。日本の主食は、米（ご飯）で、学校給食をすべて（週5回）米にすべき。何日か前のニュースで「変な給食」が放映されていた。

食事バランスガイドは、コマの形、アメリカのは、フードガイド・ピラミッド型（主食が基盤）でわかりやすい。

米は、五分搗きでもうまく食べられ、雑穀も良い。

ボランティア始めて9年、親子で農業体験学習を開催。



食生活アドバイザーの資格取得、5年ほど前から市民に呼びかけ「ママが元気で赤ちゃんが元気」（0歳児と母親のセミナー）を主催。

早寝、早起き、朝ご飯は、離乳食からの取組。給食費を払っている保護者から児童に何故「いただきます」と言わせるのかとの声もあり、残念。しっかり食育が必要。

有機質の堆肥を使った野菜を20年作っている。有機野菜を食べ、母は、100歳まで生きた。健全な食で体が良くなり、血液もきれいにと思っている。家族の幸せは、食で。

家族のコミュニケーションづくり農業体験プログラム年間通じて実施。

食育は、見たり、聞いたりだけでは自分のものにならない。例えば、伝統食をつくり、おいしいを実感。

私は、野田市内の農家、農業を営んでいる。大豆・ほうれんそうをつくっている。

農業は、自然相手で大変である。農作業が大変になってきているので枝豆のオーナー制をやっている。1区画3,000円で45区画。野田市内では、500区画ある。

味噌造りや太巻き寿司、ハム、福神漬けづくりも喜ばれてやっている。市原市内で消費者運動を展開している。発足以来、10年経過した。

千葉県農政事務所のセミナー等にも参加している。

生ゴミを堆肥化し、土（畑）に還元する。食品ロスフォーラムでしいたけの軸のはなしがあり、利用しないともったいない。食材を無駄にしない取組・展示で啓発の実施。

消費者として、市原市の農業・農業者が大変であると聞きお手伝いをしたい。

伝統料理、おせちなど「云われ」を話しながら消費者運動をしている。私の周りには農家が多いので農業体験等の機会は豊富にある。一人暮らしの方への給食サービスをしている。この協議会は、千葉県米消費拡大推進協議会にお世話になっている。



この間、25～26年お米を食べながらの運動を展開している。



キッコーマンの食育活動は、先程の講演のとおり、小学生による「しょうゆ作り体験」から、原料である大豆・小麦の栽培も昨年から見られている。

しょうゆ作り体験は、一過性になってしまうことから継続の行動は、難しい。

この施設「国際食文化研究センター」では、大人の方、特に、先生等に食文化の探求等に利活用いただいている。

#### 8 意見交換まとめ（消費・安全部長）

本日、多くの会員の皆様からそれぞれの取組の報告もあり、今後の参考になったことと思います。また、食育は、幅の広い取組であり、多くの関係者の連携がより重要になります。

今後とも、千葉県内の食育が発展することを望むとともに、この「ちば食育推進ネットワーク」へのご支援・協力をお願いいたします。

