

## 第4章 食育推進に向けての提言

### 第1節 食育推進に当たっての視点

#### 第1項 体験学習の重要性

##### (1) 人に遠い時代

21世紀は国際化社会になると言われているが、交通や通信、そして企業活動がグローバル化した現代にあっては、食料や資源という「物」に関してはすでに十分国際化し、私たちの身の回りには世界各地から集められた物であふれている。かつては遠い国の物であったものが今やその距離感を感じないほど近くなり、私たちはそれらの値段の安さを喜び、季節を問わず手に入れられる便利さを味わっている。

一方、それらの「物」がどのようなところで、どのような人々によって作られているかについては、分からないこと、知らないことが多い。安さに驚くことはあっても、なぜそんなに安くできるのか、それを作った人には十分な対価が支払われているのかなどについて思いをはせることはまずない。つまり現代は「物」には近くなったが、「人」には遠い時代だと言える。

##### (2) 体験が育てる交流と技能

このことは国内に関しても同様である。かつては田んぼの米、畑の大根、そしてそれらを育てる農家の人々を知らない子どもたちはいないといっても良かったが、今では実った稲や大根の葉さえ知らない子どもたちも多い。

農産物や水産物が工業製品と同様に扱われるようになることは、時代の流れとして抗えないとしても、人と物との関わりの中で長い間に培われてきた知恵や技能、生産者に対する感謝や生命に対する畏敬の念は、どのように時代が変わろうと大切に後世に伝えるべきである。その作業は同時に時代性に大きく支配された私たちの生活のネガティブな面を、修復してくれる可能性がある。

この大切なものを伝える最も効果的な方法は体験である。作物を育てる、育てた作物を調理するなど、かつてはごく普通の生活の一部であったことも、今では意図的な体験活動によらないと経験することが出来ない子どもたちが圧倒的に多い。また、栽培や調理という技能が人間にとって重要な生きる力であるとすれば、それらを知識としてだけでなく、技能としても伝えていく必要がある。

技能とはやり方が分かってそれが出来るということである。やり方が分からなければ何も出来ないし、実際にやってみなければ身につけることが出来ない。体験は知っている人、出来る人からやり方を学び、そしてそれができるようになるための機会であるし、興味や意欲を継続させる大きな力となる。

食への感謝や生命に対する畏敬の念を感じるためにも、良い体験することは重要である。家庭での教育力が低下した現代では社会教育、学校教育の中で体験させるなどの取組が不可欠である。

近畿地域においては、すでに体験を重視した学習を行っている学校も少なくない。また、さまざまな機関や団体が、学校の体験学習を支援し始めている。今後は、これらの

学校の実践をより多くの学校に広めるとともに、実習園場の提供、生産者や食品事業者等からの技術指導など体験学習が実施可能となる支援システムをより整備していくことが望まれる。

### ～ 小学校での総合的な食育教育 ～

近畿農政局では、食育に実践的に取り組む小学校をモデル校として選定し、農業などの体験を重視した活動を支援しています（五感体験型食育実践計画）。

モデル校では、地域の方々と連携しながら、年間を通して様々な食育活動（栄養、フードチェーン、食文化、食の安全など）をテーマとした取組が展開されている。

京都教育大学附属京都小学校（京都市）では、地域の方々の支援を受けながら、年間を通して「食」や農業に関する取組が行なわれている。「生きもの」が育ち、「食べもの」になる過程や食文化、安全・安心など、多角的でトータルな食育が進められていて、児童の食に対する関心が高まり給食の食べ残しもほとんどないなどの成果につながっている。



農家ボランティアの米作り授業

「春」・地域の農業ボランティアの指導による、田んぼ作りと田植えの体験授業

「夏」・食中毒予防ための「手洗いの授業」

- ・夏休み前の「おやつのととり方授業」
- ・田んぼに棲む生き物の学習
- ・なすを使った京都のおかず「にしんなす」について実物に触れながらの「京のおばんざいの授業」

「秋」・栽培したとうもろこしとイネの収穫作業

- ・刈り取りから脱穀・もみすり・精米までを体験
- ・自分たちで育てたさつまいもと白米を焼き芋とポン菓子にした収穫祭
- ・和菓子屋さんによる京の和菓子学習と、自分たちで育てたお米で作った「亥の子もちの授業」

「冬」・農業ボランティアの指導によるお正月のリース作りのための「なわなない」体験

「毎月」・給食の時間を活用した「素食給食の日」「世界味めぐり」「地方の郷土料理」「京のおばんざい」と題した給食の実施



「みがきにしん」を触る児童

（次頁に続く）

(前ページからの続き)

京都市立京極小学校では、校区内にある同志社女子大学で管理栄養士を専攻する学生が、児童への食育活動を支援した。児童と大学生が米作りを体験しつつ、学生が大学で学んだ野菜の栄養や骨と食べ物の関係、料理実習の補助などを授業に加わって児童に教えるなどの連携が図られた。



大学生による野菜の授業

同小学校は都市部にあり水田の確保が難しいため、校内のプール横あった幅 70m長さ約 10mの花壇を田んぼに改造。田んぼ作りから、田植えから採れたお米をおにぎりにして食べるまで、小学生と大学生が心を通わせながらの体験学習が行われた。

小学校では、農業体験と大学生とのふれあいを通して児童の感受性が高まったとして、校内に作った田んぼは、来年度も継続して利用される。また、栄養学を学ぶ学生が未経験の農業に触れたことで、食育に対する理解の幅が広がったと大学側も高く評価している。



花壇を利用した田んぼで稲刈り



大学生と児童でおにぎり作り

## 第2項 食に対する感謝の心の育成

### (1) 生き物の命を食することへの感謝

人間にとって「食」は、自らの命をつなぐために不可欠なものであるが、忘れてはならないのは「食」は動物や植物の「命」をいただく行為であり、食育を通して、「命というものの大切さ」を実感で伝える必要がある。「命と食」に関わる最低限の経験を子どもの時から教える必要があるが、このことをどこも真剣に教えていないのが現実であり、食べものを粗末にし、人の命をも大切にしない事例が多いことの背景となっているのではないかと多くの人が感じている。

しかし、現代の生活様式では、「命」に触れる機会が少ないので「命」を実感することが難しく、またあえて避けている感が見受けられる。例えば、昭和40年代前半ごろまでの農村地域では、飼育していた鶏を家族が処理して食する行為が通常の家生活の中で行われ、自然に命と食の関係について学ぶことが出来たが、現代に同じことを家庭で行うことは非常に困難である。買って来たヒヨコが大きくなり、処分に困ったという話を聞くことがあるが、成長したニワトリをおいしく残さずに食べてあげることが、本当の意味での食に関する感謝の心を育成することになる。つまり、私たち人間の命がどのように維持されているかを知ることが教育であると考えられる。

また、以前は農業と人の排泄物は切っても切れない関係と理解されていたが、現在は衛生面から、排泄物は単なる廃棄物として扱われている。しかし、排泄物は口から入った食べものが栄養分を人間にもたらした結果の産物であり、さらに土を肥沃にし、作物を育て、命の循環を支えるものであることが理解されにくくなっている。

田植え、稲刈りなどの農業体験活動が、学校や親子の参加により消費者団体などでよく取り組まれているが、収穫作業などの一部分の作業だけを体験するものが多い。土や水に触れられることには価値を見出せるが、農業生産の全工程は理解できない。農業体験のあるべき姿は、米作りに例えれば、植物である稲の生命力を体験と観察の中で体感させ認識させることが最も大切である。小学校などは時間的な制約があって田植えと稲刈りで精一杯なのが現実だが、もう少し田植えをした水田に足を運ぶ機会を設け、生長する稲を観察させるよう受け入れる側も工夫と熱意を伝える必要がある。



稲の生命力を実感！

1本の稲穂に何粒のモミが出来るのだろう

姫路市立船津小学校にて

~子ども達が、稲を観察する時に見るべきポイント~

苗の分けつ時期の生命力

自分で植えた苗が、増えていく姿に気づいて欲しい。分けつ後の田んぼを見て、感想文に、「野原のようになっていた」と書いた子どもがいた。こうした生命力の発見は人間にとって貴重である。

花芽の出来る出穂20～25日前の幼穂

この時期の、稲の茎を縦に向けにカットすると、もうすでに120粒の幼い穂が1～5mmの長さに出来上がっている。この生命の誕生を見せて欲しい。

8月中下旬の米の開花

米にも花が咲くことを知って欲しい。「田んぼで花見をして絵を描こう」などという企画で、子どもが自分の目で見て描き留めることが、価値観の形成や、ひいては生き方に影響を及ぼすであろう。



お米の開花の様子

### 第3項 健康管理のための栄養指導

#### (1) 食生活と生活習慣病

日本人の三大死因はがん、心臓病、脳卒中であるが、これらはいずれも、その発症と進展に生活習慣、特に食生活、運動習慣と喫煙が大きく関与している。心臓病、脳卒中は、肥満、高脂血症による動脈硬化、糖尿病、および高血圧が危険因子であり、食生活によるこれらの予防が効果を挙げる。また、がんについても、多くのがんは野菜の摂取不足と関連するとともに、胃がんは高塩食品、大腸がんは肉類、乳がんは動物性脂肪の摂取過多と関連があると言われている。

生活習慣病は、国民の健康を阻害するだけでなく、医療費の高騰は国民と国の経済に大きな負担を強いている。生活習慣病は、食生活の改善で予防できる場合が多く、国民1人ひとりに対して正しい知識の啓発が欠かせない。これまでより、医療関係者や自治体を中心となって健康教育に取り組んできているが、食生活による予防の重要性はますます高まっている。府県によって格差のある市町村栄養士の配置率を高め、食生活による予防を積極的に推進するなどの行政展開が求められる。

平成15年 市町村栄養士配置率 単位%

全国	滋賀県	京都府	大阪府	兵庫県	奈良県	和歌山県
62.1	36.0	48.8	85.0	76.2	37.0	22.4

資料: 日本栄養士会

#### (2) 食品と栄養、食事摂取量

日本が世界一の長寿国となった背景には、主食の米、魚と肉の主菜、野菜、大豆等の副菜から構成される日本の食生活が大きく寄与していると考えられる。しかし、近年問題となるのが、エネルギーの取り過ぎと脂肪の取り過ぎである。日本人のエネルギー摂取量は、2003年で1920kcalと60年前(1946年)の1903kcalとほとんど代わらないが、労働の機械化や自動車の普及、交通の発達などで活動量が著しく低下し、相対的なエネルギー過多となっている。

国民の摂取エネルギーの推移 1人1日あたり

	1946年	1950年	1960年	1970年	1980年
総エネルギー kcal	1903	2098	2096	2210	2119
脂肪エネルギー比率 %	7	7.9	10.6	18.9	23.6
	1985年	1990年	1995年	2000年	2003年
総エネルギー kcal	2088	2026	2042	1948	1920
脂肪エネルギー比率 %	24.5	25.3	26.4	26.5	25

単位: kcal 資料: 国民健康・栄養調査より

脂肪の摂取は、60年前（1946年）は総エネルギーの10%に満たなかったが、1980年以降は25%以上という高い割合を維持しており、これが男性で特に増加している肥満、高脂血症、糖尿病の原因となっている。

また、日本の食文化に根ざした食事を維持しつつ、塩分が多いこととカルシウムが少ない日本食の欠点を補っていくことが必要である。新鮮な食材を使って減塩しながら、乳製品を食事に加えていくことなどで理想的なバランスのよい健康食となることを国民に知らせていくことが求められている。

平成15年国民健康・栄養調査結果

塩分摂取量	11.2g	（目標量 男10g未満 女8g未満）
カルシウム摂取量	543mg	（目標量 600mg）

平成16年には厚生労働省より従来の「栄養所要量」に替わって「日本人の食事摂取基準（2005年版）」が発表された。栄養素の欠乏だけでなく生活習慣病の予防ならびにサプリメント等による過剰摂取の害に対応することを目的として改正されたが、これを国民にわかりやすく周知するとともに、脂肪・塩分・カルシウムなどの摂取問題に対応していく必要がある。

栄養士や保健・医療関係者などの積極的な活動とそれを支える行政などによるシステム作りが急がれる。

### （3）食事バランスガイドの活用

平成12年に食生活指針が策定された。これは生活の質の向上、健康増進、生活習慣病予防、農業の維持、環境保全、食文化の伝承など多様な視点からの望ましい食生活について、広く国民にメッセージを伝えたものであった。

平成17年に策定された食事バランスガイドは、食生活指針を具体的な行動に結びつけるものとして、何をどれだけ食べたらよいかという食事の基本をわかりやすくイラストで示したものである。

広く一般の人々がこれを日常的に活用するために、小売店、外食産業、食品生産者・事業者、管理栄養士・栄養士、栄養教諭、保健医療福祉の専門家、地域における食生活改善推進員、地方公共団体、国が連携して普及に努めることが重要である。また、小売業、外食における活用、地域での健康（栄養）教室の教材、地域の食文化や郷土食などを取り入れた地域版食事バランスガイドの作成など各方面で活用され、国民の健康増進、生活習慣病の予防に寄与することが期待される。



食事バランスガイドの啓発活動

## 第4項 食文化の継承

### (1) 地域における食文化の学習

伝統的な生活には、たくましく生きてきた人間の知恵や技がいっぱい蓄積されている。各地域で生き抜いてきた知恵や技の集大成として、伝統的な文化がある。それらの知恵や技術を学びとり、継承していくことは、人間が地球上で他の生き物と共存しながら末長く生きていくためにも必要である。単なる懐古趣味に陥ることなく、矛盾を解決しながら、伝統的なものを学びとり、新しい食文化を創造していくことが求められている。

食育基本法が成立し、食育に力を入れる地域が増えてきた。食育に力を注いでいるところでは、子ども達が確実に育ってきている。食育の柱としての食文化学習はとても効果をあげている。未来を背負う若い世代に、地元の食文化を継承していくことが、豊かな食基盤を築き、食の安全を得ることにつながっていく。

### (2) 伝統食・郷土食の継承

伝統食を継承していくためには、地域の自然と環境を守り、そこでとれる産物、資源を守っていくことが不可欠である。食文化の伝統を守っていくためには、その伝統技術を継承していく人の存在だけでなく、食材料になる作物の優良品種の保存や生物資源の維持が必要である。過疎化や兼業化の進行でそれを継承する主体が危機に瀕しており、食文化の継承も困難な状況を迎えている。伝統の味を知らない人、地元の食材を知らない人が多くなりつつある。味覚の伝承は大事で、おいしいと感じ、食べたいと思う人がなくなってしまうと、伝統料理も途絶えてしまう。若い世代が伝統食に接し、味わう機会をなんとかして増やしていかなければならない。



滋賀の伝統食展示会での伝承活動

このような状況の中で、伝統食の材料や作り方をきちんと記録し、それを再現できる形で残していく地道な作業が是非とも必要である。現代の情報機器をフルに活用しながら、いろんな角度から記録していくとともに、それらの散逸的な記録を系統的にまとめ、次世代を担う人々への教育に生かしていく努力が必要である。

食文化調査研究は単なる記録ではなく、若い世代に将来の食への展望を持ってもらうための作業でもある。将来の食生活の在り方として、「贅沢でなく質素ではあるが、おいしくて豊かな食生活」が求められている。それは伝統的な食生活の中にふんだんに見いだすことができる。

「地域の独特の食文化を守っていくこと、質素な中で確立されてきた伝統的な食生活から学び継承していくこと」が、将来の食の課題に答えていく道であり、食の豊かさにもつながっていく。食育の柱として、食文化学習は重要であると考えている。

## 地域の事例

### ～奈良県宇陀市での伝承の取組～

奈良県宇陀市の「室生村食生活改善推進員協議会」では、地域の子ども達を対象に食品の選び方、料理の仕方、楽しい食事など好ましい「食」を学ぶ教室の開催など精力的な取り組みを行っている。

地元中学校家庭クラブの学習に参画しており、郷土食、伝統料理、行事食、食文化などについて、家庭で伝えられなくなった地域の伝統を伝えるとともに、地域の薬草・野草料理の実習も交えた講義が実施されている。



地域の薬草・野菜を使った料理講習

写真提供：室生村食生活改善推進協議会

### ～滋賀県高島市での伝承の取組～



中学生に地域の食文化を指導

写真提供：新旭エルダー女性の会

滋賀県高島市の「新旭エルダー女性の会」は、ボランティアとして、地域の人たちや中学生に郷土料理を伝える活動を行っている。

「新旭エルダー女性の会」は、失われつつある郷土の味・家庭の味を見つめ直すため、料理が誕生した背景や文化を学びながら、地域でとれる旬の食材を中心にした郷土料理講習会を実践している。また、地元中学校において、家庭科調理実習ボランティアとして、日本の伝統料理を指導し、地域の食伝統が受け継がれるよう精力的な活動を続けている。

## (3) 地産地消とスローフード

地域の産物を地域で消費する「地産地消」の動きが出てきている。各地で産直グループや農協が地元の野菜作りに精力的に取り組んでいる。学校給食に地域の産物を取り入れている。生協、スーパー、道の駅など、地域の食品を扱うところが増えているし、地域の在来品種を調査し復活させる動きも出てきている。

また、伝統的な食材の伝承や地域食材を活用した味覚教育を進めることを目的にイタリアで始まったスローフード運動は、日本においても、「地産地消」の動きと相俟って、伝統的な食材の伝承や地域食材を活用した味覚教室等の特色ある活動が農業生産に係わる者のみならず地域のNPO法人などにおいて取り組まれている。このような取組が広がっていくことは、地域の食材や食文化の保全につながるだけでなく、消費者の食に対する関心や理解を深めるうえでも、また、消費者と生産者の信頼関係を構築していくうえでも重要な意義があり、地域が一体となって取組が促進されることが重要である。

地域の食材を地域の手法で地域の味にして、地域が元気になっていく。地域で最低限の基本食料を自給できれば、どんな世の中になっても怖くないし、生き延びていける。ひと昔前、当り前にやっていたこと、「地元で生産したものを地元の手法で、地元で消費すること」すなわち「地産地消」に戻れば、それが地域の安全で安定した食卓を保障してくれる。食の一番のぜいたくは、地元でとれる安全で質のよい食材を使って、豊かな味わいを持つ料理を食べて、健康を得ることにある。

農業生産に携わる者は、地域に残る昔ながらの作物の存在を見直し、手間をかけて自家採種を進めながら、新たな在来種の開発に取り組む必要がある。このため、JA兵庫六甲では、兵庫県などと連携して、西宮地域で作られていた伝統的野菜「大市茄子（おいちなす）」を復活させた。収量は少ないが味はおいしく、今後は料理方法とのセット提供で、地域の方にその良さを理解してもらい購入につなげることが、地産地消につながり、同時に在来種の保存となり、食文化を豊かにしていく。

### 大市茄子（おいちなす）

兵庫県の伝統野菜。兵庫県西宮市を中心に明治16年に品種改良によって栽培が開始された茄子。西宮市下大市地域で多く栽培されたことが名前の由来。樹勢が強く、果実の中長、濃黒紫色で光沢がよい。

兵庫県では、地域の人々が自らの手で種取りから生産のサイクルを続け、全国流通品種とは異なり個性のある、古くから地域に根ざした野菜等については、兵庫の伝統野菜として、地産地消を進める観点から支援している。



兵庫の伝統野菜 大市茄子

### その他の兵庫県の伝統野菜

富松一寸豆（とまついっすんまめ） 武庫一寸そらまめ（むこいっすんそらまめ） 尼いも（あまいも） 鳴尾いちご（なるおいちご） 船坂のパセリ（ふなさかのぱせり） 阪神のオランダトマト（はんしんのおらんだとまと） 三田うど（さんだうど） ペッチン瓜（ぺっちゃんうり） 加古川メロン（かこがわめろん） 太市のたけのこ（おおいちのたけのこ） 姫路のレンコン（ひめじのれんこん） 網干メロン（あぼしめろん） 妻鹿メロン（めがめろん） 深志野メロン（ふかしのめろん） 網干水菜（あぼしみずな） 姫路若菜（ひめじわかな） 海老芋（えびいも） 御津の青うり（みつのあおうり） しそう三尺（しそうさんじゃく） 平家かぶら（へいけかぶら） 岩津ねぎ（いわつねぎ） 朝倉山椒（あさくらさんしょ） 丹波黒（たんばくろ） 住山ごぼう（すみやまごぼう） 山の芋（やまのいも） あざみ菜（あざみな） 青垣三尺（あおがきさんじゃく）

## 第5項 食育実践者の育成

### (1) ノウハウの伝達からの脱却

これまでの食育の目的は、食の知識・技術の習得という狭いものが多く、子どもにノウハウを伝えるだけで大人の自己満足に終わっている場合があった。食という手段を通して子どもの生きる力を伸ばすというゴールへの考え方への変換が必要である。子どもが料理体験をすることが目的ではなく、子ども自身が考え、行動し、料理のプロセス中に色々な発見をし、それにより子どもの行動が変わる体験が必要である。

食教育が狭い視点で捉えられることが多かったことにより、子どもや保護者、周囲の大人の行動変容を起こす力に乏しいものであったと考えられる。行動変容をきたすためには、生きるために必要な心理社会的能力（意志決定能力、問題解決能力、意志伝達またはコミュニケーション能力、創造力など）を体験することによって身につけることに重点を置き、食を通し、より広い視点で子どもの育ちを促す効果に主眼を置くことが大切である。

効果的、継続的に食教育が行われるためには、これまでの一部の職種が行うものという認識を変え、食の問題を一緒に考えることを通して食教育に関わる関係者の意識を変え、主体的に関わる姿勢を作る必要がある。子どもがさまざまな体験をし、行動変容を起こすためには、職種の壁を越え多職種、地域、家族が連携して作り上げる食教育、子どもと大人双方が影響し合う、共に育つ食教育をめざすことが大切である。

食育実践者の育成に際しては、子どもの生きる力を伸ばすことが食育の最終目標であることを意識してもらうようにすることが重要である。

### (2) 側面支援

食育実践者の支援のためには、知識、体験を関連づけた単発ではない一連のシリーズで行える食育プログラムを作ることが必要である。こどもの発達段階や世代や環境などの実情を考慮した包括的かつ継続が可能な食教育プログラムを提供することにより、誰にでも、取り組める食育のノウハウを広く普及することが可能になる。地域の実情に応じた柔軟な、地域ぐるみで主体的に取り組める意識を育てられる参加型の食育プログラムを作り、地域に根ざす食育を目指すことが大切である。

食の問題を通して、家族、教育関係者、保健関係者、地域の大人が子どもを育てることの問題点と対応に対して共通意識を持てると次のような利点もある。

地域の人に、子どもが置かれている食の現状を知ってもらう機会となり、地域全体で子どもの食育への協力体制を取り組むことができること。

地域で子どもを育てる意識と力を伸ばす機会にすることができること。

職種の壁を越えた広い視野に立った食教育ができること。

保護者の行動変容につながること。

## 第6項 関係者間の連携

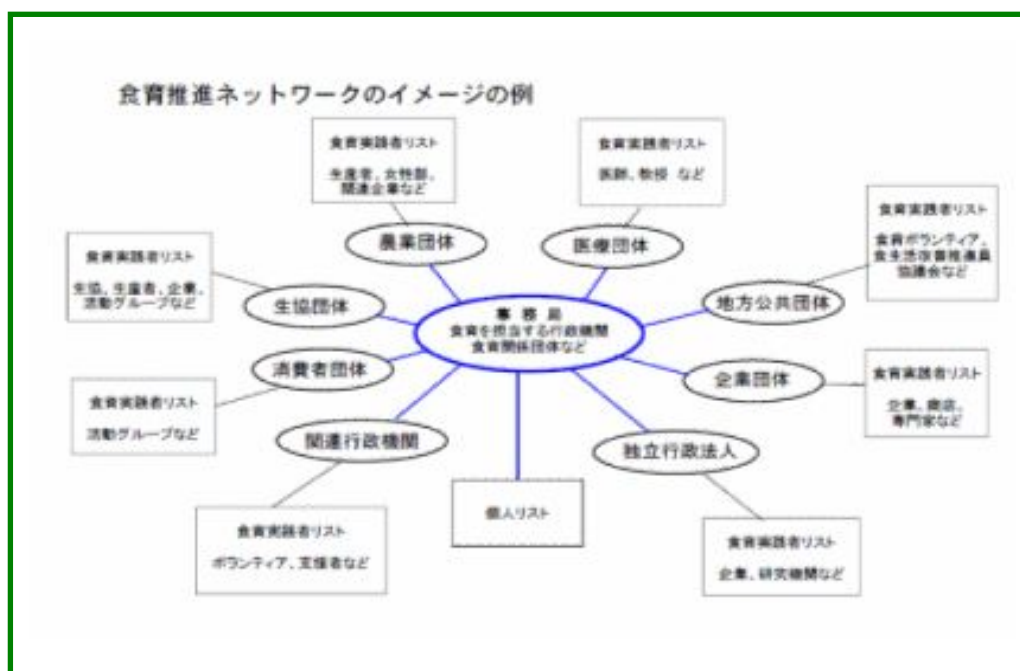
### (1) 食育推進のためのネットワーク

「食育」の対象は幼児、子供から高齢者まで幅広く、対象ごとにさまざまなアプローチのやり方が考えられる。また、生産者、消費者、食品事業者、教育関係者、食育活動家などさまざまな主体がそれぞれの立場に応じて個別的に多様な取組を実践しているのが現状である。

食育の取組を広げていくためには、食育を受けたい需要者への食育の場の情報の提供、食育実践の場と食育実践者との結びつけ、個別に食育に取り組んでいる食育実践者や食育実践機関の連携強化、食育実践者や食育実践機関への資料、ツール等の情報の提供、食育取組事例や食育関係イベント情報の提供、が必要である。これらを実現するため、地域においてコーディネーターの役割を果たす機関の存在が必要である。また、これらを広い範囲を対象に大規模なものにしようとする場合には、関係機関や食育実践者、一般市民を結ぶネットワークの構築が望まれる。

食育推進のためのネットワークのイメージは、食育に取り組む機関、団体、食育実践者等を構成員として、構成員間の連携や情報交換を図るとともに、ホームページ等を通して一般市民にアピールする形等が考えられる。

ネットワーク構築のためには、中心となる機関の存在が不可欠である。



～ 様々な関係者が連携した意見交換フォーラム～

和歌山では和歌山プロジェクトとして農家、学校、地域活動家、それに農協、教育委員会などが自由に学習し意見交換をするフォーラムが平成14年から平成15年にかけて4回にわたって行われた。

### ～大阪府内の各種団体の連携活動～

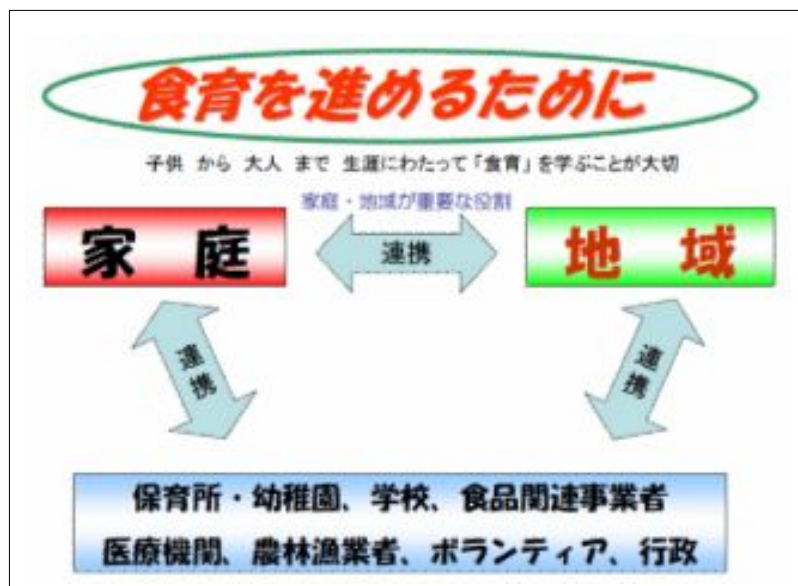
大阪府においては、府民が身近にある「農」をはじめとした大阪の「食とみどり」に様々な形で関わりを持つことを促す取り組みを展開させるため、府庁とみどり公社が事務局となって、府内の消費者団体、生産者団体、流通関係団体、地域活動団体の構成員を会員とする「『農』に親しむライフスタイル推進府民会議」を組織している。

具体的な活動としては、会員相互の提携、団体の活動および成果などの情報提供、農に親しむイベントの支援、ホームページの運営などが行われている。

## (2) 食育の実施効果をより高めるための連携

食育を推進するために、教育現場や企業、生産現場、ボランティア、行政などにより様々な取り組みが実施されているが、一過性に終わってしまうことが危惧される。食育の効果を高めるためには、日常生活を行う家庭や地域において、これらの取り組みが取り入れられ継続的に実践されることが必要である。

家庭や地域で行われるべき食育伝達の機能が衰えてきているとされ、学校や行政、農林水産現場、企業等の様々な分野で「食」に関わることの出来る者の全てが、家庭や地域と食育について連携を図り、相互の情報交換によって、生涯にわたって「食育」を学ぶ体制を構築していくことが求められている。



## 第7項 自分で調理することが持つ意義

### (1) 子ども料理教室

子どもを対象とした料理教室は各地で開催されているが、料理をすることや調理技術の習得が目標となっていることが多い。しかし、料理教室では「食」の知識の習得だけでなく、体験することから「生きる力」そのもの、自己尊厳感が伸ばされる。料理するためには、意志決定、目標設定、問題解決能力、コミュニケーション（効果的コミュニケーション能力、対人関係能力）創造的・批判的思考、共感性などが必要であり、子どもが「主役」としてかかわることによって、子どもの自己達成感を高めることができる。料理は、実生活に即した内容により、体感的な食教育が実施される方法である。

### (2) 調理を通じて得られる「食」の知識

調理では、始めから終わりまで全てを体験させることが大切である。危険だからと包丁や火を使わないのではなく、子ども用の包丁、調理台が使えるように踏み台を準備する等、細心の注意を払い準備を整えた上で、子どもが主人公になり全てを体験することが、子どもの共感を呼び子どもの行動変容につながる。その場合、子どもには大人による善悪の判断や価値基準を押しつけるのではなく、科学的にさまざまな情報を伝え、五感を使って体験することにより、多くの中から、自分で選ぶ力が生まれる。体験がないと共感できないといわれるが、特に味覚は「食べること」からのみ得られるので、五感全てを使って体験できるのは「食体験」のみである。そのため、できる限り幼い時から本物の体験、良い体験をさせると、「本物」を選ぶ力や「良い物」と「悪いもの」を見分ける力を付けることができる。

#### ～子ども達が調理にチャレンジ～

サカモトキッチンスタジオ（兵庫県神戸市）では、「キッズ キッチン」と名付けた、子どもが主体的に、調理の始めから終わりまでの全てを体験できるプログラムが組まれている。どのような工程でできあがっていくのか、一人ひとりがわかるようにし、子どもたちができるだけ多く気づき、発見していく手助けができるように心がけられている。料理を通じて五感（視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚）を使い、子ども自身が発見し体験を広げる教室で、毎月ごとにテーマを変え、新しい体験を積み重ねていく。小さな子どもでも一汁二菜の調理を通して、段取りなどを体験する場となっている。そして、食材と向き合うことで、偏食もなくなり、生きる基本の「食べる」ことへの積極性につながるとしている。



キッズ キッチンで真剣に料理する幼児  
写真提供：サカモトキッチンスタジオ

## 第8項 食の安全に関する知識と考え方の普及

食の安全が損なわれれば、人々の健康に影響を及ぼし、ときには重大な被害を生じさせるおそれがあるため、食の安全の確保は健全な食生活における基本的な問題であり、それゆえに国民の関心も高まっている。

健全な食生活の実践のためには、食品の安全な取扱い方や食品の選び方など食の安全に関する基礎的な知識を持ち、また、食の安全に関する情報を正確に受け止め、自らが正しく判断できることが必要であり、このため、食の安全、例えば、病原性微生物や食品添加物、農薬、抗菌性物質（抗生物質）などのハザード（危害要因）についての知識やリスク分析の考え方などを普及していくことが重要となる。

食の安全に関する知識やリスクの考え方を広く普及していくため、消費者、食品関連事業者、専門家、行政等の関係者相互間において双方向に情報及び意見の交換を行うリスクコミュニケーションを積極的に実施することが重要である。加えて、我が国においては食品安全分野でのリスクコミュニケーションの歴史がまだ浅く、十分確立されているとは言えないことから、リスクコミュニケーションの適切かつ効果的な手法を関係者相互が一体となって検討することが必要である。



〔食の安全に関する消費者団体との意見交換の様子〕

さらには、食品の安全に関する、科学的根拠に基づく客観的で正確な情報を消費者等が入手できるよう、行政や食品関連事業者、専門家などの関係者がパンフレットやホームページ、メールマガジンなどを通じてわかりやすい形で情報発信するとともに、地域で開催される意見交換会やモニター活動などを通じて、消費者等から発信される食の安全に関する情報（意見や要望など）を積極的に受信することも重要である。

なお、食品の安全に関する正しい情報が一般消費者等に迅速に伝達されるため、行政は地域の消費者団体等への情報伝達網（ネットワーク）を整備するとともに、消費者団体等においても、行政から提供される情報を構成員である消費者に正確かつ迅速に伝達するよう体制を整備しておくことが肝要である。

また、国民が安心して健全な食生活を実践できるようにするためには、まず、生産者団体、食品関係事業者などの食品を提供する立場にある者が、食の安全・安心を支える大きな責任を負うことを認識し、危害発生の防止に努め、積極的な情報開示に努めるなど、食の安全確保に万全を期すことが肝要である。