

第2節 実施主体別の視点

第1項 家庭における食育

(1) 食生活の改善

子育て中の若い家庭では、朝食を取らない家庭もある等、食生活の改善が必要な家庭も多くなっている。しかし、朝食は、体温を上げて脳や体をウォームアップする働きがあり、子どもにとって、朝食はエネルギーと成長するための栄養を補給する大切な食事である。朝食を食べる、3食をバランス良く食べるなど子どもの基本的な生活習慣を成し、生活リズムを向上させるため、子育て中の家庭に対し、普及啓発活動を行う必要がある。また、生活習慣病につながるおそれのある肥満を防止するために、子どもの時から適切な食生活や運動を習慣づける必要がある。未来ある子どもにとって、健康で生きていくためには「食」が基本であることから、「食」について真剣に向き合い、健康であるために「食べること」を大切にすることを伝えるきっかけとなる取組や支援を実施することが望ましい。

また、家庭での食事づくりは、家族のために母親ひとりが作るのではなく、みんなで作ることが大切である。みんなで協力し合うことにより望ましい食習慣等が自然に身に付く機会となることが期待できる。

さらに、「食べること」がストレスにならないよう、「食べ物」と良い関係性を意識して押しつけを排して家庭で作らなければならない。

(2) 家庭料理の伝承

核家族の増加や、家庭環境の変化により、家庭料理の伝承が難しくなっているといわれるが、それぞれの家庭での料理の伝承は、日々の生活や、行事の中で伝えられる。子どもに家庭料理を伝えるには、できる限り幼い時から、子どもが好きなことだけでなく、伝えたいこと、残したいものを意識して伝えることが重要である。本物を味わう喜びを一生持ち続けることができる確かな力は、乳幼児期の体験であるといわれている。子どもは知らず知らずの内に覚えるので、家庭の中ではできる限り外食、出前、間に合わせの料理をしないで手作りを心がけ、加工品であっても一手間かけて、我が家の味を作るようにしたい。家族が食を楽しみながら、望ましい食習慣や知識を習得できる環境作りが大切である。

幼い子どもに伝えたい最低限の食体験として次の3つが挙げられる。

茶葉でお茶を入れる。
お米をといでごはんを炊く。
出汁をとり、豆腐のみそ汁を作る。

また、季節の行事を大切に、行事食を取り入れ日本の食文化を伝えるためには、地域に伝わる



巻きずしを作る幼児

写真提供：おさなご保育園

伝統行事や催事での伝統食を取り入れる工夫も大切である。今後は若い世代に地域の食文化を伝承する料理教室などの取組も重要になってくる。

(3) 食事を通じた家族のコミュニケーション

現在では家族がバラバラに食事をする孤食、同じ食卓に着いていても違うものを食べる個食が問題になっている。食べものを作り分けあって食べるのは人間だけであり、分け合って食べることは幸福感をもたらすので、食事を通じて家族のコミュニケーションを図ると共に、「食べ物の命」への理解を深め「感謝の心」を育てることはとても大切である。そのためには、次のような工夫がよい。

テレビを付けずに食べることに集中する。
楽しく食べる。
栄養を摂るだけでなく、マナーも大切にする。
子どもの言い分だけでなく子どもに伝えたいことを伝える努力をする。

(4) 大人（保護者など）が食に関する知識・体験を得る機会の提供

「食育」において、家庭が重要な役割を担っているところであるが、家庭での食育では、当然のことながら、父母などの大人の果たす役割が大きい。しかしながら、食を巡る様々な状況を見ると、大人自身が「食」に関する知識や認識を必ずしも十分に持っているとは言い難い状況にある。こうしたことから、大人自らが食に関心を持ち、食育の必要性に気付き、進んで知識や情報を入手し、家庭での食育の取組に結びつけていくことが大切である。

このため、大人が進んで食育を学ぶことができるように、食に関する知識、情報、体験を得る機会が、様々な関係者、あるいは様々な関係者間の連携のもと積極的に提供される必要がある。

～「実施主体別の食育」において

大人が食に関する知識・体験を得る機会の提供に関して記述されている箇所～

学校保育所等	・・・P 5 2	地	域	・・・P 5 7	農林水産現場	・・・P 6 0
食品事業者	・・・P 6 4	消費者団体	・・・P 6 8	公的機関・研究機関	・・・P 7 1	

～ 社会福祉協議会が地域で行う食育の取り組み～

奈良市鳥見地区では、生活リズムの課題・食育の取り組みが地域でできる町を目指して、社会福祉協議会が中心となり活動している。

保護者には、主食・主菜・副菜のそろった食事を日に3度取ることや朝食と早寝早起きの大切さを知ってもらうために、食について学ぶ機会や場を提供することとし、子どもには、

おなかがすくリズムを持たせ

食べたいもの・好きなものを増やし

家族や仲間と一緒に食べる楽しさを味わうとともに

栽培・収穫・調理を通して食べ物に触れさせること

としている。

また、地域で食育の大切さについて共通認識ができ、食育に取り組む仲間ができることを目指している。

栄養士研究会と連携した調理実習、稲刈りなどの栽培・収穫の体験に小学生だけでなく乳幼児も参加できる休日あそび隊、子育て支援サークル、お年寄りと園児・小学生の交流、餅つきなどのイベントをとおして、食を通じた健康づくり活動を地域全体で継続している。



野菜を中心とした調理実習

提供：鳥見地区社会福祉協議会

第2項 学校、保育所等における食育

(1) 体験学習

学校は学齢期の子どもたちのほぼ100%を掌握し、長期にわたってさまざまな働きかけが出来る貴重な場である。そして、子どもたちだけではなく、その保護者に対しても働きかけが可能で、家庭の「食」環境の改善や、保護者を通じた子どもたちの行動変容のためには、極めて大きな可能性を秘めたメディア(媒体)と言える。また、就学前教育が一般化している現在では、学校と同様に保育所や幼稚園においても同様の機能が期待できる。

次に学校では家庭科、社会科などに教科学習として「食」について学ぶ単元があり、また特別活動や総合的な学習の時間として「食」について学ぶことが可能となっている。前者は学習内容や学習時間が規定されているが、すべての学校で必ず学ぶものであり、後者は学校の裁量で、時間数、内容とも柔軟に対応できることから、極めて効果的な学習の機会となる。

すでに、学校独自で、あるいは地域の機関や団体の支援を得ながら授業や農業体験学習など、「食」に関わる学習を展開している学校は少なくないが、より多くの学校で教科学習以外のレベルの高い学習や実習を行うためには、学校からの働きかけを待つだけでなく、外部の機関や団体から学校への積極的な働きかけが必要である。また、近畿農政局の出張講座でいくつかの先行例があるように、都道府県教育委員会、市町村教育委員会と密接な連携を取り、学校に専門家や地域の人々の知恵や経験を集めるシステムの構築が必要である。

～近くの港で揚がったサンマを子どもたちが料理～

田辺市立田辺第三小学校(和歌山県)では、魚料理の技能を全く身につけないまま子どもたちが育っていくのではないかと心配から、総合的な学習の一環として6年生が魚料理に取り組んだ。

近くの港で揚がったサンマをグループに分かれて「蒲焼き」「焼いてほぐして三色どんぶり」「豆腐と合わせたハンバーグ」「魚カレー」に調理。わずか1時間ほどの間に、おそろおそろ魚にふれていた手の動きが落ち着き、たどたどしく包丁を扱う手つきがとてなめらかに。経験さえすれば、どんどん知識を吸収し、技能を身につけられることが見事に立証された授業となった。

担任の先生は、「生の魚に初めてさわって、初めて切って、そして初めて調理をした。しかし、不思議なことに、出来上がった料理にまずいものはなかったなあ。」とコメント。お見事！先生と子どもたち。



包丁で魚を捌く子ども達

写真提供：田辺市立第三小学校

さらに「食」教育に関わる者の交流と研修が重要である。食には生産から流通、販売まで幅広い職業の人々が関わっている。また教育の場においても栄養士、養護教諭、教諭(学級担任、教科担任)、管理職、それに教育委員会の指導主事等々がそれぞれ専門家として関わっている。しかし、日常的にこれらの人々が職域や専門性を越えて交流することはまれである。

現在先進的な給食の実施校や「食育」の実施校をみると、共通することとして異なる職種や専門性を持つ者の交流や協働があげられる。交流によって協力関係やより効果的な役割分担が生まれ、給食や「食育」が充実するとともに、それぞれの職業や専門性にも好ましい影響を与えている。

ただし、実際にこれらの場で食育を実施していくためには、いくつかの課題をクリアしなければならない。

その第1は既存の教育プログラムとどのように整合性を図るかということである。学校や保育所・幼稚園での指導内容は、法令や文部科学省、厚生労働省の指導によって、すでに決められている。そこに食育プログラムを割り込ませることは学校や保育園・幼稚園にとって容易なことではない。また、仮に実施できても、既存の学習内容と連携が図られなければ大きな効果や継続性は期待できない。そこで、食育にあたっては、家庭科、保健などの教科学習での食育関連分野を強化する、教科、道徳以外の学習活動である特別活動として実施する、総合的学習の時間の学習テーマとして位置づけ、一定時間をそれにあてる、などを年度のスタートの段階から教育計画に位置づけられるようにすることが大事である。

第2は食育の指導者の確保である。食育の内容は幅広く、教員や保育士がそれらのすべてに精通していることはまれである。そのため食育を意味ある学習とするためには教員や保育士でカバーできない分野を外部の者が積極的に分担していく必要がある。

この支援者には給食関係者、農産物の生産、流通関係者、それに行政担当者などが期待され、それぞれの専門分野からの食育への協力は、教育内容充実のためにはきわめて効果的である。また、子どもたちにとっては外部講師との交流によって、専門分野の知識だけでなく、知識を超えたところにある「努力」や「工夫」、「勤勉」といった人間にとって価値あるものを学べるよい機会となる。

このような外部の者による支援、外部の者との交流を効果的にすすめるためには、学校、園・所と支援者を結ぶコーディネーターが必要である。それぞれの地域にこの役割を担う人がいることが、継続的かつ効果的は食育の推進の大きなエネルギーになるであろう。

第3は給食の改善である。給食は、第1義的には基準に則り安全で栄養豊かな食を子どもたちに提供するためのものであるが、それは同時に食事マナーの教育や食文化の伝達など実践的な食育の場である。

すでにいくつかの地域では、新鮮で安全な地域の食材を使用し、食文化にも十分配慮した給食を供給するために、施設設備の改善、関係機関との連携体制の構築などに取り組み、同時に「食」に関わる学習に学外の関係者が積極的に関与する活動を行っている。

これらの実践からノウハウを集め、生産や流通の改善、連携体制の構築、協力に基づ

く食育の推進などがより多くの地域で進むよう、教育委員会や関係機関等の連携が望まれる。

～農家グループの「食」に関わる体験学習への参画～

和歌山県紀の川市で、地域農業の活性化する手法を模索し、有機農業による町づくりに取り組んでいる「那賀町有機農業実践グループ」は、その農産物を利用する小学校での農業体験活動に参画し、町づくり・地域づくり活動に幅をひろげるようになった。

子ども達には、スイートコーンやダイコン、米作りなどの農業体験を通じて、農業の大切さ、命の大切さ、苦しさに負けないことを伝えており、これらの取組により、「地域に根ざした食育コンクール 2003」(主催：農林水産省等)で優秀賞(農林水産省 消費・安全局長賞)を受賞した。



田植えの体験指導

写真提供：那賀町有機農業実践グループ

(2) 栄養教育

子どもたちは給食を楽しみにしており、献立に期待を寄せている。毎日食べる給食は、おいしいのはもちろんのこと、安全で素材や料理方法が身近に感じられる手作りであることが望ましい。旬の食材を使い、その食材の名前や栄養、調理方法を伝え、子どもたちが味わうことで、野菜の名前を覚え、栄養のバランスを理解することができる。その経験を通して、食事のバランスや季節感、調理方法など、自分で食事を作る時や食べる時に思い出すことができるようになることが望ましい。

また、学校給食が食育の「生きた教材」としてさらに活用される取組が推進されることが望ましいが、現実的には、学校栄養職員は1校に1名の配置がなされていないため学校によって食育の取組内容に違いがある。今後、学校全体の食に関する指導計画の策定や教職員、家庭、地域との連携・調整において中核的な役割を担い、そして各学校における食に関する指導体制の要となる栄養教諭の配置が促進されることが望ましい。

(3) 給食が果たす役割

日本の味巡りや、世界の料理の紹介、授業で習っている地域の料理を紹介することで、給食と教科を連携させた取組へと発展させることもできる。さらに、給食に使用されている食材を、地域の方の指導を受けて栽培し収穫する体験をすることもできる。学校給食を活用した食育は教科書(机上)学習だけではなく、実際に味わうことにより、学んだことが具体的なものとなって理解させやすくなる。

これらの取組から、食事は多くの人たちの苦労や工夫、協力があってこそ成り立って

いることを子どもたちに伝えることができ、給食から環境や農業、漁業、流通、労働者（生産者）の工夫や努力など、多くのことが見えるようになる。

これらの取組が単独校調理方式の学校のみならず、共同調理場方式の学校においても創意工夫の上、系統的、継続的に取り組まれることが望ましい。

～給食の食材を教材として活用する保育園～

おさなご保育園では給食調理室のカウンターの高さを低くして、子どもたちが毎朝届けられる給食の食材を見たり、触ったり、作っている様子が見えるように工夫されている。

毎朝の給食室カウンターで食材ではなく、「分けてもらう命」「かかわってくれる命」として伝えたい。力まかせに人間が食べるのではなくて、自分と同じ大切な命を分けてくれるものがあることを知るの、自分の命、人の命、生きもの全ての命を大切に作る力の根っこになるとの思いが込められている。



給食食材のサンマを触る園児

写真提供：おさなご保育園

(4) 調理場からの情報発信

子どもたちの心に残る給食は、帰宅後の家庭でのコミュニケーションのきっかけとなる。給食で出されたメニュー、食材や味付け、食材にまつわる話など家族で話し合うことが、家庭での食育の広がりにもつながっていく。

また、給食で出されたメニューのレシピを家庭にも配布することで、家庭での料理のレパートリーを広げ、給食便りに旬の食材や生産者を紹介することで、給食と地域が結びつき、「食」と「農」が身近なこととなっていく利点がある。

食べることは健康に生きるための基礎となるものなので、「家庭の問題」とせずに、家庭と保育園や学校が連携を図ることによって、子どもたちが生涯を通じて健康に生活できる基礎となる食教育に前向きに取り組むことが望まれる。

(5) 地産地消

地元の食材を活用するには、生産者の理解と調理員の協力なしには実現しない。個人の農家と1件ずつ契約を結んで食材を購入するのではなく、生産者グループとの契約をし、どの農家から何を入れてもらうのかはグループで決めてもらうなど、工夫することも必要である。

～ 給食に地元食材を供給するための関係者の協力～

和歌山県紀の川市の粉河地域では、平成 16 年度に給食センターが建設されるにあたり粉河町有機実践グループ、紀の里農協、生活研究グループ、給食関係者で粉河町学校給食農産物食材供給協議会を設立した。

「子どもたちに地場産を食べさせたい。食物と農業のつながりや地域の食文化について教えたい。どんな農産物が供給できるか、これから生産できる農産物は何か。」と話し合いを重ね学校給食に地場の安全安心農産物を 35 品目供給するまでになっている。



粉河町学校給食農産物
食材供給協議会での話し合い

また、同市那賀地区でも平成 14 年に新しい学校給食センターの開設を契機に、栄養士、調理師、生産者の話し合いによって計画をたて地元農産物を納品するようになった。毎月給食関係者が集まって野菜の成育状況や出荷計画を立てている。最初は給食センターに数品目でスタートした農産物の供給も、今では 41 品目の農産物を周年計画のもと供給されており、珍しい農産物が給食の献立に生かされ、生産農家の話が授業で行われるなどの広がりを見せている。

第3項 地域における食生活改善

(1) 目標達成に向けた各機関の役割(健康日本21)

都道府県等においては、地域において、栄養、食習慣、食料の消費等に関する食生活の改善を推進し、生活習慣病を予防して健康を増進するため、管理栄養士・栄養士等の食に関わる専門職種や食生活改善推進員などの食に関するボランティアを中心とした、食育に関する専門的知識を有する者を養成するとともに、その資質の向上を図る必要がある。さらに、市町村栄養士の配置促進とその人材の確保に努め多くの場面でその知識や能力を用いた食育推進活動ができるよう、その組織活動を支援するとともに関係機関等とのコーディネートなどによりこれらの活用を図ることが望まれる。

保健所、市町村保健センター等は、効果的に食育に関する普及及び啓発活動を推進するとともに、生涯を通じて対象に応じた食育に関する指導の充実を図り、保健管轄する市町村における食育推進活動が効果的に展開されるよう支援を行うことが望まれる

健康増進事業実施者及び医療関係者等は、各種健康診査等の機会を活用し、食育に関する指導の充実を図ることが望まれる。

食品関連事業者及び特定給食施設管理者等は、様々な体験活動の機会の提供や、より一層健康に配慮した商品やメニューの提供、栄養、食生活等に関する情報提供等の食育の推進のための活動を実施し、都道府県等は必要な情報提供や関係機関等のコーディネートによりこれらの活動を支援することが望まれる。

関係団体においては、住民が日々の生活で食生活改善が継続的に実践できるよう、関係機関及び都道府県及び市町村と連携を図り効果的な運動を展開することが望まれる。

各機関が実施する「健康日本21」の代表目標項目を達成するための具体的な取り組み内容については、以下のようなものが考えられる。

～食生活改善普及月間の取り組み例～

- (1) 「食事バランスガイド」等を活用し、食生活の問題点を明確にし、日々の活動に見合った主食、副菜、主菜の食事量を示し、適正摂取を楽しく継続させるため食生活改善の意欲が増すような支援を行う。
- (2) BMI (Body Mass Index) やウエスト周囲径測定の普及とともに、内臓肥満や糖尿病等のメタボリックシンドロームに関する理解を深め、標準体重などから自分の体型に対する自己評価が正しく行えるようにする。
- (3) 野菜料理などの副菜の摂取量が少ないことを気づかせ、野菜の摂取量を増やすための料理選択の工夫を、対象の特性に応じて支援を行う。
- (4) 朝食を欠食しがちな単身者等に対して、簡単にできる朝食の組合せなど日常生活のなかで実践できるような支援を行う。
- (5) 肥満が気になる者には、エネルギーと脂質との関係を理解し、油を多く使った料理を知り、日常生活のなかで油の摂取量を控えるための工夫ができるように食生活の支援を行う。
- (6) 肥満又は過度のダイエット志向の者に対して、食生活と運動の両面からのプログラムを提供するとともに、その実践が継続できるように支援する。

また、活動の方法としては、以下のようなものが考えられる。

ウォーキング等の運動に関するイベントと連携した「食事バランスガイド」の普及啓発

スーパーマーケット、コンビニエンスストア、外食料理店や特定給食施設等における「食事バランスガイド」の活用とヘルシーメニュー提供の推進

住民主体のボランティアグループ等を通じた情報提供の推進

健康相談、食生活相談及び栄養指導

ヘルシーメニュー・コンテスト等の開催

地域別、年代別に応じた食生活改善のための行動目標、スローガン等の公募及び発表

食生活改善に関する各種講演会、大会、シンポジウム、フォーラム等の開催

テレビ、ラジオ、新聞等報道機関の協力を得た広報

都道府県及び市区町村の広報紙、関係機関及び関係団体等の機関紙、有線放送、

インターネット等の活用による広報

ポスター、リーフレット等による広報

～京都市保健福祉局の取組～

京都市では、出産をひかえた夫婦（近く父母となる者）で、平日保健所が利用できない方への正しい食生活指導を行うと共に、父親の育児参加を促す等、食を通じた家族形成の推進を図るために、「プレママ・パパクッキング」を土・日曜に実施している。食に関する講話や調理実習で、正しい食生活を身につけると共に、妊娠中の食事作りや、離乳食の知識を学んでいる。



プレママ・パパクッキング（実習前の実演）

提供：京都市

また、独居高齢者（男性）を対象とした「男性のための栄養教室」、幼児親子を対象とした「ふれあい食体験教室」などを開催している。

（２）子育て支援

子育ての悩みがあっても、相談できる相手が誰もいないという若い親のために、地域保育、一時保育、子育て広場などを通じて食育に取り組むことは大切である。人の味覚は子供の時に食べた物により10歳前後で決まることから、幼児、低学齢者を中心に五味や塩梅がわかる味覚、食品の鮮度、品質等の良否を見分ける能力などを育て、各種食材を組み合わせることによって美味しい料理をつくることのできる能力を育成す

るための料理体験の必要性が認識されはじめている。味覚、嗅覚などが形成される時期に本物を体験することが、本物を選ぶ力をつけることになる。また、未来ある子どもたちが健康な生涯を送るためには、食生活の基礎となる時期に望ましい食習慣を身につけることが重要である。

「食べる楽しさ」、「食べる大切さ」を親子で体感できるように、体を動かしてしっかり遊びお腹を空かして、作る楽しさやみんなで分け合って食べる楽しさを取り入れた食育の場が提供されることが望ましい。

～関係者が一体となった地産地消と食と農のまちづくり～

滋賀県高島市の「新旭町食育と農のネットワーク会議」は、郷土の「食」の豊かさを見直し、地域の食材を使って「食」を楽しんでいこうと、農業、教育、保健等の関係者やボランティア団体等が連携し、地産地消及び食と農の一体的な推進を図り健康なまちづくりに取り組んでいる。

地域での啓発の機会として開催した「食育展」では、「おふくろの味」「地場産の野菜料理」が並んだ試食コーナーや体験コーナー、JAが運営する農業小学校の子どもたちによる減農薬野菜の販売等が、地域の小・中学生から大人までがスタッフとなって取り組み、地産地消と食育について、学校等を含む地域での交流実践の形を多くの人たちに伝えている。



食育展 2004 で「きなこ作り」に挑戦
提供：新旭町食育と農のネットワーク会議

第4項 農林水産現場における食育

(1) 子ども達の農林水産体験

農林水産現場での体験活動は、農林水産物の生産現場についての関心や理解を深めるだけでなく、食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、様々な人々の活動に支えられていることを理解するために重要であり、とりわけ、子どもの頃から体験を積み重ねることが大切である。

農林水産関係者は、自らの職業と地域を守るための活動につながるものであるとの意識を強く持ち、幼稚園・保育所、学校で取り込まれる作物の栽培や水産、林業体験などを積極的に支援するとともに自らの働きかけにより体験学習の実施を誘導する必要がある。

農漁村地域では、地域の子子ども達に体験を積み重ねさせることは、交流を通して地域への理解浸透と地産地消を進める効果が期待でき、地理的な条件からも比較的に取り組みやすい活動といえる。一方で、農地などの体験の場に恵まれない都市部では、学校での子ども達の移動問題ともあわせて体験活動への参画が難しい現状があることから、JAや漁協、農家グループなどによる遠足学習の受け入れ、体験ツアーの企画など、農林水産現場からの発信が重要になる。

このような活動には、農林水産現場側の熱意が不可欠であり、行政もこの点を理解した誘導を図る必要がある。

～ 体験活動による地域での3世代交流 ～

兵庫県のある地域では、地元老人会の企画により中学校校区内の小学校数校の児童を集めて、一緒にもち米作りが行われている。栽培の一連を体験後、最後にもちつきを行う。そこでは交流を通して老人会、PTA、子どもの3世代交流が図られ、老人達は様々な知識を子ども達に教える役割も担っている。

老人達が作った野菜が、子ども達の前で紹介されて学校給食で食材として利用されるなどの発展がみられている。



地域農家との交流 写真提供：JA兵庫六甲

(2) 消費者との交流・体験

消費者との交流は、農政が転換期をむかえる中で、農産物を生産する側の必然性から生まれた。自力で農産物を販売しなければ生き残れない時代となったことから、JAや農家グループなどは、生協などとの良好な関係を築くために交流を進めてきたといえる。当初は、消費者を農地に呼び込み簡単な収穫体験と採れたて野菜の直売というスタイ

ルが主流であったが、体験活動などを積み重ねるにつれ、体験で学んだことを精力的に生かす活動が出来る生協や消費者団体に交流の対象を変更するＪＡや農家グループが登場するようになってきた。

さらに消費者との交流体験を農産物直売所で活かすところも現れ、交流による情報交換が販売面での礎となっている。

適切な生産現場からの丁寧な情報提供と消費者との意見交換により、相互の信頼関係が築かれることで、一過性でない継続的な交流が実現でき、また、このことによって販売面での効果も現れることは明らかであり、農産物を生産する側は待ちの姿勢ではなく熱意と積極性を持つことが最も大切である。

また、農産物生産に携わる者としては、食と農について、命に基づいた教えをすることが重要であり、真の交流を進めるためには、自信を持って訴える力、販売と結びついた力で消費者に訴えかけていく必要があり、農産物直売所などの消費者と交流できるシステムを利用しながら先駆けた取り組みを進める必要がある。

～ 黒豆栽培による消費者との交流～

ＪＡ兵庫六甲では、生産者と消費者の交流の一環として、「いきいき黒豆 ふれあいオーナー」を消費者から毎年募集している。

豊かな自然、その恵みを肌で感じ、国産大豆の大切さを学ぶ農業体験のひとつとして、位置付けた交流活動で、1区画20株で、黒豆の定植・除草・追肥・土寄せ・収穫等の体験を通して、生産者と消費者の交流を深めるもの。

6月に説明会を実施、10月に枝豆収穫、11月に実の収穫が行われる。



「黒豆のオーナー制度」による種まき

写真提供：ＪＡ兵庫六甲

(3) 地産地消

地産地消は、自分達でつくった農産物を売る立場の側として、とても重要な意味を持つ。単に輸送コストなどの経費的な側面だけでなく、地元で生産した農産物の良さを地元の消費者に理解されることは、同じ地域に生きる人からの評価を受けることであり、地域と一体となった農業生産を進める上での力強い支えとなるものである。

地産地消の良さは、作り手と買い手の顔が分かる関係と信頼を地域内で築けるところにあり、特に大きな施設や仕組みは必要でない。既存の農産物直売所などの設備を活かした交流をはじめ、農家グループとＰＴＡ活動等との連携、地域活動の企画や参画などにより、人と人との信頼関係を築き相互にメリットのある関係に結び付けていくことが最も大切である。

～ 地域と農業を結びつける地域通貨～

ＪＡ兵庫六甲が中心となって、平成１７年より「たべもの通貨 Agri (あぐり)」の運営が始まっている。Agriは、ＪＡ兵庫六甲が運営する農産物直売所と農業資材店舗およびＪＡ店舗でのお米の購入に利用可能な地域通貨で、地域農業と環境、助け合いの活動にボランティアで携わった人が手にすることができる。



500円の買い物に対して1枚利用できる。

将来は、農林水産省が新しく示した「農地・水・環境向上対策」の活用を視野に入れ、草刈りや水路整備などの作業を Agri 配布の対象として、地域の消費者と共同で作業を行える仕組み作りを整備し、商店街やレストランにも呼びかけて新たな交流のスタイルを目指すとしている。

真面目な生産活動と積極的な交流の姿勢は、規格面から市場に出せない農産物販売の実現や、学校給食への食材納入の礎となるものである。

(4) 食品廃棄物のリサイクル

食べ物が、生産・流通・加工・消費されていく一連のフードチェーンにおいて最後の部分が廃棄である。本来、食品ゴミや家畜の尿尿等は貴重な農業資源であり、家畜の飼料や農作物の肥料として生産段階においてリサイクルされることにより、フードチェーンの輪がつながっていた。しかし、現代では、食品廃棄物は自治体や廃棄業者によって収集・処理されており、この部分でフードチェーンが完結している場合が多いと考えられる。

環境への負荷軽減からも、リサイクルは重要であり、食品廃棄物のリサイクルに取り組む必要がある。かつては、地域や家庭において、農作業の手伝い等を通して子どものころから生産段階へのリサイクルとその大切さを自然に学習することが出来た。しかし、現代では、日常生活においてこのことを体感することは難しく、現代の生活様式にあわせた理解の方向を探っていく必要がある。

また、食品ゴミ等が飼料や肥料としてリサイクルされ、フードチェーンの輪がつながっていることが本来の姿であることを、子ども達をはじめ消費者に伝えていくことが、食育の視点からも必要である。

食品廃棄物のリサイクルは、生産者、流通業者、加工業者、消費者、廃棄業者のフードチェーンに関わる者全てが関わる必要があり、互いに連携しあう事で、実効性が高まる。リサイクルには徹底した分別などの手間と経費がかかり、安価なものを求める消費者が多い中で困難が伴うが、リサイクルに関心を持つ消費者などとの連携は新しい連携

の手法の一つであると考えられる。

～ 小学校でのリサイクル教育～

南丹市立吉富小学校（京都府）では、各教科と総合的学習の時間を利用して取り組む、農業や調理の「食」の体験学習の中に食品ゴミのリサイクルの要素を取り入れている。

家庭ゴミや事業ゴミがどのように活用されているのかを知るために、地域のバイオマスリサイクル施設を見学するとともに、学校給食の残菜や野菜くずから堆肥をつくり、学校菜園に利用している。

また、小豆を栽培したことから、市内の和菓子工場で食材の生産圃場・加工作業・堆肥化施設を見学するなどの地域と一体となった授業が行なわれている。



リサイクル施設を見学

南丹市立吉富小学校（京都府）

第5項 食品事業段階における食育

(1) 食品事業段階での学習、体験実習

< 食品製造業 >

食を作り出す仕事に携わってきた者には、本物の技巧が備わっている。このような食のベテラン職人達が、これまで自分たちのやってきたことに対して自信をもって本物の技を伝えられることの出来る場所を作り出す必要がある。

これら職人は、学校現場で子どもを教えた経験はないが現場には強い者ばかりであり、直接子ども達に指導するよりも、既に子ども達に対しての食育活動に取り組まれている方々に、食の技術やノウハウを伝えていくスタイルが、現実的には効果があると思われる。もちろん、職人が自信とプライドをもって働ける環境を自ら作り出すためにも、自ら教育現場などに働きかける必要があり、そのための自信とノウハウを職人が学べる場を設けることも求められる。



老舗の和菓子屋さんのお話
京都教育大学附属京都小学校



和菓子工場で加工技術を見学
南丹市立吉富小学校(京都府)

食品製造の現場を知ってもらうために、工場を見せることは効果的であるが、見学コースなどの設備の整った工場は限られており、衛生面の問題もあって、児童をクラス単位で工場に迎えることには限界はあるが、経営者は将来の視点を持った企業姿勢を打ち出さなければならない。

< 食品小売業 >

食品を消費者に直接売る立場の商店街は、商店主との消費者とのコミュニケーションの中で、食に関する知識などの様々なことを伝える場となってい

たが、近年その機能が落ちてきている。この食の知識の伝達機能の良さを再度見直す必要があるが、これには商店街の再生が欠かせない。

また、食品スーパーマーケットには、多くの消費者が訪れ、商店と同様に消費者と直接接する場であるとともに、食品の販売に占めるウェイトも年々増している。このため、単に食品を販売するだけでなく、売場での掲示や消費者とのコミュニケーションの中で食に関する知識を伝えていくことが期待される。その意味では、消費者にとって重要な情報とは何か、その収集力と分析能力が重要であり、社会の状況を的確に把握し、企業内に適正に反映され得るような努力が必要である。

食品スーパー業界の食育の取り組みは、まだ始まったばかりではあるが、今後の発展が望まれる。

～食品スーパーでの食育の取組事例～

滋賀県内のあるスーパーマーケットでは、「安全」「安心」への取り組みと、食育を通じて「健康」への応援を進めている。

企業内に「食育活動推進委員会」を組織し、企業全体で推進することとした上で、『食育活動』宣言をし、具体的な活動として、店舗に小学生を招いて専門の食育インストラクターが、青果売場などで、野菜や果物を多く取り入れたバランス良い食事の重要性、野菜や果物に含まれる栄養について、お買い物ゲーム（買い物の擬似体験）・クイズなどを通じて、子ども達に楽しく教える「5 A D A Y（ファイブ・ア・デイ）スーパーマーケット食育体験ツアー」を実施している。



小学生を店舗に招きインストラクターが説明

写真提供：平和堂



農場で生産者からの説明を受ける親子

写真提供：平和堂

また、親子を生産場に招待し、生産者との交流を通して、親しみながら、野菜への関心を高めてもらう「5 A D A Y産地収穫食育体験ツアー」も取り組まれている。

18年度は、5 A D A Y活動に加えて地産地消活動、伝統食文化の啓発活動、食に関する情報提供活動にも取り組む予定。

5 A D A Y(ファイブ・ア・デイ)とは、「1日、5皿以上の野菜と、200g以上の果物を食べましょう」というメッセージのもとで進められている生活改善プログラム。米国で始まり、全世界へ広がった健康増進のための生活者啓発運動。

< 外食産業 >

外食産業は、それぞれが調理プロとしての技術を有していることから、その技術を活かして食の魅力を発信する必要がある。

例えば、プロの調理技術を学んで、素材から自分たちで作らば、自分たちで食べるような催しを、小学生や学校関係者・保護者に対して行うことが考えられる。催しをとおして調理する楽しさに加えて、野菜を食べることの大切さ、手洗いの励行、挨拶含めた食事マナー、食べ物を分け合って食べることの大切さ、いただきます・ごちそうさまの精神、後片づけなどを伝えられると考えられる。食材に地元の野菜などを使用すると地域への愛着も生まれる。調理は、最初は出来なくても徐々に上手くなるもので、楽しさが加わった料理は、おいしさだけでなく満足感を与えることができ、食に対する見方が大きく違ってくるものと考えられる。

食品製造や飲食店、商店街が行う学習や体験には、現状では様々な障害があるが、それぞれの業界が相互に連携し、行政の支援を受けながら、一步一步問題を解決していく必要がある。

(2) 食生活アドバイス

日本は世界一の長寿国であり、また、健康で暮らすことの出来る期間を示した健康寿命も世界一となっている。こうした日本の良いところを今後も続けていくために、医療関係者のみならず、人の命を預かる仕事をしている食品事業者も協力する必要がある。女性の社会進出の増加によって、食品事業者の社会的責任は、ますます高まることから、自身の分野だけでなく様々な対象との連携が求められている。

医食同源という言葉があるように、食事と医学はその関係が深く、何がその人に足りないかを分析して料理に取り入れるなどの、病院には出来ないヘルスクエアを食品産業が新しいニーズとして担える可能性がある。例えば、シルバー食、糖尿病食、バランス食の提供、個人別ICカードによる店舗での健康管理、食べる薬としてのデザイナーズフーズの提供などが考えられるが、実現には医療関係者との連携は必然である。

また、外食は楽しむということだけでなく、健康管理、食生活の改善、大量廃棄問題などの食物教育、生活文化(だんらんや祭り、儀式などを含めた空間構築・調理技術)に寄与することができる。

健康寿命の比較 (歳)

1	日本	73.6
2	スイス	72.8
3	サンマリノ	72.2
4	スウェーデン	72.2
5	オーストラリア	71.8
6	フランス	71.6
7	モナコ	71.3
8	アイスランド	71.3
9	イタリア	71.2
10	オーストラリア	71.0

WHO 2002年世界保健報告より

(3) 食の安全・安心の情報提供

食品を製造する企業にとって、衛生上の安全に注意を払うことは、最も大切なことであり、これまでも多くの企業が真剣に取り組んでいる。しかしながら、これからは安全であることは当たり前であり、どのようにして安心を消費者に届けることが出来るかを、大きな課題として受け止める必要がある。

例えば、食品スーパーマーケットには、多種大量の食品が並べられ、現代の日常の生活に不可欠な存在となっている。これまでは、価格と品物の豊富さを競い合ってきたが、近年は、消費者からの食品安全に対する強い要望を背景に徹底した品質管理とトレーサビリティなどの新しい管理システムが必要となっている。加えて、提供する食品の安心に関する情報をどのように消費者に提供するかが求められており、食品スーパーにおいても「食育」を模索する動きが盛んになって



行政による食品表示の確認

きている。このような、安全・安心に対する取組は顧客獲得のためだけでなく、食品の販売を通して、消費者の健康と命を預かる企業としての社会的役割も担っている。

行政の進める安全対策などを参考にし、これに準じた業界別の基準を作り「信頼食品登録店証」を遵守した店に掲示するなどの具体的なシステム作りが求められる。

あわせて、本物の味を知ること、食への信用が得られるものと考えており、そのための働きかけを進める必要がある。

また、食を提供する場を受け持つ食品事業者にとって、安全と栄養、嗜好は重要なポイントであり、安全と安心の面で積極的に発信していく必要がある。正しい食品表示はもとより、食品のトレーサビリティ、外食の原料原産地表示ガイドラインの導入はそのヒントになるものである。多種大量の食材を使用しており乗り越えなければならない問題は多いが、解決に向けた努力が必要である。



生産地と消費者の触れあい
近畿農政局「新発見！近畿食と農ふれあいフェスティバル」より

食の安全・安心を追求すると、食の作り手との顔の見える関係作りが欠かせない。食材の購入者として、生産地の農家を消費地に呼ぶなどのイベントを開催して、消費者とのよい関係の橋渡し役を果たす必要もある。

また、距離が近く接しやすい地元農家を作る野菜を使ったメニューなどは、提供価格が高くても消費者の関心を得やすいものと言える。全国展開の企業より地域性のある企業のほうが実現しやすいことから、企業はそれぞれに工夫を重ねる必要がある。

食品事業者は、食材の大口購入者でもあり、消費者の一員でもあることから、消費者・生産者を結ぶ役割を持つ者としての、食の安全・安心に積極的に取り組んでいく必要がある。

第6項 消費者団体が行う食育活動

(1) 体験学習の場の提供

消費者団体である生協は、これまで、主に「食品の安全」について取り組んできたが、近年の食生活の変化の中で、「食のとりかた」も大切だと認識し、健全な食生活についての取組を始めた。健全な食生活とは、栄養バランスがとれている、食事から適切な栄養素が採れている、食事回数などの生活習慣が適切で自己管理ができているとし、そのためには、食生活を応援する社会環境が整い、さまざまな情報に惑わされることなく、自分で判断し、楽しい食生活を送ることを提案している。

食べ物の旬や季節、健康を考えた食事・買い物・料理、正しい情報・表示の見方、食物と環境のつながり等を知るために、さまざまな学習会を開催し、体験や交流を行い、親子で参加するなど、学習の場を提供していくことが必要である。

～生協の食育活動～

コープこうべでは、「食で健康づくり たべる たいせつ」をスローガンに、自然の恵みや季節を感じながら、バランスよく食べる、おいしく、楽しく食べることが健康づくりにつながるとして「食で健康づくり」を開始。

子どものころから食への関心を高め、良い食生活習慣を身につけることで、健康な身体を育むこと、食を通して自然環境・生産者への思いを広げ、豊かな心を育てることを目指している。

おいしく楽しく食べましょう

自分で組み合わせる力をつけましょう

自然やその恵みに感謝しましょう

安全・安心を選びましょう の4つの柱を設定し、子どもから大人まで広く対象にした料理教室、学習会などの活動プログラムの提供と共に、ワークブック、栄養バランスチェックカードなどの活用資材を作成し、組合員の誰でもが企画・活動できるように支援している。



コープこうべの食育資材



(2) 食料生産現場との交流

食料生産現場との交流では、食べ物のでき方、旬のものを食べる大切さ、食べ物の安全性など食べ物について自分の五感で学ぶことによって、食べ物を大切にすることを養い、さらには日本と世界の食糧事情などを学ぶことができる。

また、加工工場の見学では、商品知識(例、乾物の勉強の一環でわかめの本当の長さ

を知る。)や食の安全に対する取組などを知ることができる。

会員だけではなく、PTA、サークル活動などへの食育活動支援としてプログラム本を作成し、農場、漁協、食品工場などでの収穫体験や子ども向け体験を支援していくことが求められている。

～ 牧場での交流活動 ～

京都生協では、食べものの安全性について考え・学び・自分で選ぶ力をつける、季節のものを食べる大切さを学ぶ、食べものが出来るまでを学ぶ事によって、食べものを大切に作る心を養う、日本や世界の食料事情を学ぶ、自分の五感で学ぶ、をテーマに食料生産現場との交流を行っている。

毎年夏に取り組みされる「も～も～キャンプ」は、組合員の親子が生協で扱う牛乳の産地牧場を、1泊2日で訪れ、搾乳体験やバターづくり、生産者・メーカーとの懇談、製造工場見学、牛乳を使ったケーキのトッピングなどを体験。牛の大きさ、乳の色、舌のザラザラ感、絞りたての乳の温かさ、牛舎や牛の臭いなどを体感する。

子牛の誕生に遭遇した参加者からは、「牛の生まれる瞬間を見て、命の大切さを知った。一生忘れない」との感想も寄せられている。

子ども達だけ1日早く出発して酪農家宅に前泊し、牛の世話を通して、酪農家の1日を体験するコースも実施中。



も～も～キャンプでの牛との触れあい

写真提供：京都生協

(3) 食に関する正しい情報の提供

「食」や「食の安全性」を巡る状況は変化し続けているので、消費者も常に学習し新しい情報を得ることが大切である。学習会で学んだこと、産地交流会で得た情報などを、広報紙やHPで多くの会員に情報発信し、情報を共有する必要がある。

今後は行政、NPO法人、他の消費者団体などとも連携し、地域での「食育サポーター」を育成し、地域へも広く情報発信することが重要になる。



クッキングカードを作り組合員に情報提供

写真提供：コープこうべ

また、外部からの食に関する講演依頼や料理教室への講師の派遣等、積極的に取り組むことができるよう、日頃から研修や体験のプログラムの作成、食育ツールの開発と普及に取り組む、誰もが身近なところから食育に取り組むことができる環境作りが求められる。家庭や地域に密着している消費者団体ならではの取り組みが、地域の学校と連携し、子どもたちへの食育にも発展していくことが期待される。

第7項 公的機関・研究機関による食育

(1) 食育活動支援

国や地方公共団体などの公的な機関・研究機関では、担当している業務が食育と関連しているものが少なくない。業務や研究を遂行していく中で得られる知識、情報、技術を活用して食育に取り組んでいくことが重要である。取組の例としては、専門的な知識を持つ職員の出前講座、情報誌の発行、施設見学の受け入れなどが考えられるが、従来の手法を活かしながら、新たな創意工夫あふれる発信が期待される。

また、シンポジウムやイベント等の開催により、地域の食育の取組の推進や個人が食について見つめ直すきっかけ作りに積極的に努めなければならない。

この他、食育に関して、公的機関の役割として、食育ボランティアの活動への支援や地域における食育推進のためのコーディネーター役が期待される。食育ボランティアの活動への支援については、食育ボランティアに対する研修の実施、食に関する情報や資料の提供、食育関係ツールの提供などが考えられる。また、地域の食育推進のためのコーディネーター役については、食育を実施できる者と受けたい者の結び付けなど、地域での食育を活性化させるためには重要な意味を持つものであり、公的機関に期待されるところは大きい。

～ 森林フィールド体験活動～

近畿中国森林管理局（大阪市）では、国有林などでの森林フィールド活動体験を受け付けている。

森林や環境に対する素朴な疑問や質問に答える「森林教室」や下草刈り、間伐などの森林づくり活動を行う「体験林業」を通して、森林の持つ機能や環境との関わりなど学ぶことが出来る。



箕面国有林では間伐を実施

～ シンポジウムの開催～

近畿農政局では、毎年1月の「食を考える月間」にあわせて、シンポジウム等を開催している。



18年1月に開催した

「食生活と健康を考えるシンポジウム」

(2) 食育の実証研究

食育活動によって得られる効果を図ることは、短期的なサイクルでは難しいと考えら

れがちで、これまでは積極的に行われてきたとは言えないが、食育を国民的運動とするためには、実証と分析についての研究と報告が数多く行われることが求められ、そのためには研究機関や大学などにおいて研究テーマとして取り上げられることが欠かせない。

～ パソコンを活用した食生活診断ソフト～

京都文教短期大学（京都府宇治市）では、食事バランスガイドを取り入れた、食生活診断パソコンソフトを独自に開発し、大学祭や各地のイベントで、その活用と分析に取り組んでいる。

ソフトは、参加者がアンケートで記載した食事の内容をパソコン入力し、結果を印刷したものを、食生活に関するカウンセリングをしながら提供する。参加者からは、わかりやすいと好評で、今後の更なる活用とデータの分析が進むことが期待される。



食生活診断ソフト活用の様子
日本食文化フェスタ in KYOTO にて

～ 大学での食育活動～

京都府立大学（京都市）では、大学の授業を小学校と共同で行う取組を進めている。大学の農園を利用して、児童とともにカボチャを栽培・収穫し、児童の発想を生かしたカボチャづくしの趣向を凝らしたメニューでパーティーを行うなど、食のトータルな流れを体験させるもので、児童のみならず学生、保護者に対する食育として期待される。



京都市立新町小学校と共催した
パンプキンパーティー

また、同大学では、朝食を取らずに登校する学生が多いことから、大学生協で安価でバランスの良い朝食が食べられる取組も始めている。参加した学生の評価は良く、3回の朝食提供を通して、朝食を摂取するきっかけとなり、栄養バランスの良い日本型食生活を学生に啓発出来ると期待されている。