

中国・四国地域「食育シンポジウム」開催概要

「ココロもカラダも“農”で変わる」

～行政・関係団体の連携による農林漁業体験の推進～

■日 時：平成25年3月6日(水) 13:30～16:00

■会 場：岡山国際交流センター 2F 「国際会議場」

■参加者：128名

■主 催：中国四国農政局

■後 援：岡山県・岡山県教育委員会・岡山市 教育委員会
中国四国食育ネットワーク

■概 要

1 基調講演

「美味しい！楽しい！広がる元気野菜作りと元気人間作り」

講師：吉田 俊道氏 NPO 法人 大地といのちの会 理事長(長崎県)

＜要旨＞

- 生ゴミと雑草の堆肥で微生物を育て、最高の土作りから美味しい野菜づくり。
- 捨てられる野菜の皮や芯・芽のような成長点を使用した「いのちの循環体験」から、「もつたいない」というこころを持つ子どもを増やしたい。



○すごく美味しい元氣で、農薬のいらない野菜を作る技術論。近代農学は微生物を無視してきたが、生ゴミと雑草の堆肥で発酵微生物をうまく使い、土を発酵させた状態にすると、土中の微生物が増え、通常栽培の野菜よりも栄養価が上がり、野菜が美味しい食べやすくなる。つまり、土を微生物だけにすれば、野菜は微生物の代謝物を吸って、50年前の野菜のように栄養価も高く、人が食べても美味しい、錆びない、腐りにくい野菜が誰にでもできる。

○栄養価が上がり、微生物代謝物質で支えられた生命力の強い野菜は、害虫があまり来ない。人は美味しい野菜ほど虫がくると思っているが、虫は生命力のない、美味しい野菜に集まる。虫は野菜を選んでいる。耕してもすぐ固くなりやすい腐敗した土で作った野菜には、どんどん虫が来る。でも、発酵した土で作った野菜には虫は来ない。

○いのちの循環体験を、より強い感動体験にするためのコツの話。子どもたちが、自宅から食べ切れなかつた生ゴミを持ってくるが、使わずに捨てる皮が多い。生物は自分を守るために皮を作る。

皮は自然のバリアで栄養がある。また、野菜の芯や芽のような成長点にも栄養が多い。栄養の多いところが捨てられている。

○「もつたいない」という心を子どもたちに感じてほしいため、捨てられる皮や成長点を土に戻して、野菜を育てて食べることで、子どもたちの心と体に生命を循環体験させている。

○土は微生物のプールのようなもので、1g 中に微生



物が10億個程いる。その生命だらけの土を使うから、生命が循環して美味しい野菜ができる。このように土に対するイメージを変えてから野菜を植えさせるようにしている。

○人間は、1回で良いから自分の食べ物を自分で作ってみることが必要だ。子どもたちに自分のポケットで種を発芽させた野菜を育てさせると、食育の本質が子どもたちに伝わる。食べるということは、1日3回地球から生命のかけらをもらうこと。もらい続けないと生きていけない。私たちは栄養をもらっているのではなく、生命そのものをもらっている。すなわち、食育の本質は、「私たちが食べている食べ物は、生き物で、私たちは地球の生き物たちから、生命をつなぐことで生かされている」ということ。

○煮干の頭、野菜の皮と芯に多く含まれる微量栄養素、つまり微量なミネラル、酵素、核酸等を食べると、人間も元気になる。それから、毎食必ず微生物を喜ばせるヨーグルトなどの発酵食品を食べること。そして、良く噛む。それだけで血液検査をすると、4週間で血液がサラサラになり、頭がクリアになり、学力も体温も上がり、疲れも早くとれ、便秘は1週間で改善。白血球も元気になつて、免疫力も上がる。具体的方法を4週間の食改善プログラムとしてまとめてある。

2 パネルディスカッション

テーマ「行政・関係団体の連携による農林漁業体験の推進」

【コーディネーター】

吉田 俊道氏(NPO 法人大地といのちの会 理事長)

【パネリスト】

渡邊 敬子氏(今治市農水港湾部農林振興課地産地消推進室)

藤原 尚子氏(くらしき作陽大学 食文化学部現代食文化学科 教授)

上田 啓人氏(NPO 法人アライブラボ 理事長)

<事例発表>

(渡邊氏)

「今治市食と農のまちづくり～地産地消と食育のすすめ～」

○平成18年に今治市「食と農のまちづくり条例」を制定。地産地消と食育、有機農業を3本柱として地域の農林水産業の振興、食と農を基軸とした町づくりを進めている。

○今治市では、地産地消と食育を進めるに当たって、学校給食から始めることとし、市内23調理場すべてに栄養士を配置し、調理場ごとに地元の農産物を積極的に使用。

○今後も有機農業を軸に地産地消で食育力を高め、食育力で地産地消を広めて行きたい。

(藤原氏)

「大学生の農体験と知識」

○「食文化」、すなわち食べるところから環境、食にまつわる文化を総合した「食文化学部」は日本の大学では唯一であり、(管理)栄養士を目指す学生には地産地消実習がある。

○多くの学生は「食べ物の旬」を知らないが、2年生で習得し、はしの正しい持ち方などの作法を身に付け、3年生で実習に行く。実習に行くことで現場が求めていることを知っていく。



- 「食育」は「教えて育んでいく」ことだ。学生に農業を体験させて「食は命なり」を実感させ、食の指導者としての養成をしていきたい。

(上田氏)

「運動+食育=“健康” → Happy！」

- 「運動と食育で健康づくりを目指しましょう」をテーマに管理栄養士などの仲間でアライブラボを設立して5年、イベント等の活動の中で、健康づくりの継続性が大事であると感じている。
- 「とくしまキッズファーマープロジェクト」は、子どもたちに野菜や果物の植付け、栽培、管理体験、収穫体験だけでなく、加工、販売までをしてもらう「食育プロジェクト」として考案。
- 農家は当たり前に作業をしているため、見落しがちな部分をいかに参加者に伝えていくかが一番大事であり、また参加者との信頼関係も大事にしており、気を遣う。楽しくなければイベントではないと思うので、楽しめる要素と何を伝えたいかは大事にしている。その中で子どもたちの成長が見られるとやりがいがある。

(コーディネーター:吉田氏)

- 農林漁業者や関係団体の連携が重要だと言われているが、この連携を進める上の問題点やこうすれば上手いくなどアドバイスがあればお願いします。



(渡邊氏)

- 今治市農林振興課は生産者とは以前から繋がりがあり、食育に理解を示す市民が訪ねてくると新たに繋がりができる。
- 連携する場合、信頼関係は大切だが、事業をする時同じ価値感を持ち、同じ意識レベルになること。
- 一般の人をどう巻き込んでいくかが課題。

(藤原氏)

- 食育に関して(管理)栄養士の養成を行っている立場から、教員同士の連携、実習先との連携、保健所との連携事業を推進している。
- 学生が成長できるか、継続できるかを考えて連携を進めている。

(上田氏)

- 行政・大学生・お菓子工業組合等と連携しているが、お互い無理をしないことです。取組に当たっては、まずお互いに守備範囲を明確にした上で、できることだけをしてもらう。自分たちができることは限られているので、いいとこ取りでいいと思う。

(コーディネーター:吉田氏)

- 広報力のある行政と一緒に仕事をすると、広がりは早いのでは非連携してほしいが、多くの国民が参加するためのアドバイスをお願いします。

(渡邊氏)

○行政ができることには限界があり、常に費用対効果を考えている。

○今は小・中学生から変えていくことを考えている。大人になった時にしっかりした食育ができれば良い。

(藤原氏)

○食に対する考え方方が身にくよう、(管理)栄養士を養成している大学としては教えなければならぬ。食育は、体育・知育・德育が基本になるし、それができないと食育ができないことを学生達に伝えている。国民に広げていくには、生徒を育てるしかない。

(上田氏)

○企画する時の一番大切なことは、参加しやすいこと。多くの方が関わり、人を増やし体験することで広まっていくのではないか。

(コーディネーター:吉田氏)

○楽しいイベントを考える。イベントをしていくことで多くの国民に広まっていくと思うので、会場の皆さんのが本日の話をヒントに体験活動を始めようと思えば関係機関に相談し、自分たちのところで体験活動を広めて行かれれば全国民に広がっていくと思います。

4 意見交換会

(女性)

土の水分を吸収させるためにシュレッダーで細分化した紙を使われるとの話がありましたが、紙には化学薬品のインクが使われているが土作りに弊害はないか。

(吉田氏)

植物性インク以外は使い続けるのは良くないのではないかと思いますが、たまに少量を使うのであれば気にすることはないと思います。



(男性)

生ゴミ堆肥には魚や肉は入れても大丈夫か。また、保育園で初めてスタートした時、親からの反対意見はなかったか。

(吉田氏)

魚・肉なんでもオッケー。但し、初回は、野菜の調理くずやお茶ガラなど、見た目のいい物だけを使って、全ての園児に一度体験させて慣れさせてからがいい。魚の頭も消えていくのを見て感動します。但し、腐敗しやすいのでまずばかしと混せて、ビニール袋の上から金づちなどでたたいて、土としっかり混ぜて下さい。そうするといやな臭いは一切出ませんし、ウジもわきません。親からの反対意見はありません。最初が肝心です。凄く衛生的にやります。保護者には良い菌を使って衛生的にやるという説明書きのプリントを渡します。子どもは「良い菌だから、体が丈夫になるよ」と言うように

変わってきます。



(男性)

今治市の市議会の宣言は素晴らしい。この経緯について伺いたい。

(渡邊氏)

昭和63年に熱心な市会議員の発案で最初の「食糧の安全性と安定供給体制を確立する都市宣言」が議決されました。その後、市町村合併をしたため、市民からの意見と各団体の要望書を受けて、再度

議会が「食料の安全性と安定供給体制を確立する都市宣言」を平成17年に議決しました。

(女性)

二十歳代の人の健康状態と食生活を研究しているが、若い女性に響くような活動を教えてほしい。

(女性)

若い母親に关心を持たすにはどうしたらよいか。どこに行けば情報があるか。

(藤原氏)

学生には自分の食に対する思いを、実習で小・中学生に伝える場合、実践して実行してから伝えてほしいと指導している。実習に行き、実践してみて難しさやできなかつたことを踏まえて伝える。やはり、自分で体験してから伝えること。その伝える喜びが分かって来た時に変わってきたなと思う。また、高校生の関心事は「ダイエットと美白」らしいですが、ダイエットは栄養からきている言葉だからバランスよく食べないと痩せられないし、綺麗に痩せられないと伝えています。

(上田氏)

今、若い生産者が増えていますが、農業青年クラブみたいな各地域にある事務局に連絡を取ってみるのもいいし、漁に関しては漁業組合もあるので、出向いてお話を聞いてみれば可能性はあるのかなと思う。なお、参加費は頂いております。貰わないとタダでは値打ちがない。保険代も入ってますし、参加費は確実に貰った方がいいと思います。

(吉田氏)

今、親子農業体験教室を開いている。体験したいという人がこの1、2年で急に増えている感じだが、受け皿が足りない。農業はいろいろな効果がある。特に有機農業は循環型社会、共生社会のひな形になる。これから人類は循環型共生社会に向かわないといけないが、我々の意識はまだ競争社会になっている。みんなで有機農業体験をすれば、昔の日本人の優しい感覚が取り戻せる。農家の方には是非やって頂きたいのは、農家体験農園。体験者は農家にお金を払って、本格的な農業体験ができ、収穫したものを全部持って帰れる。農家も体験者も双方にメリットがある。

また、どうせするなら、虫の来ない野菜、具体的にはEM菌・炭素循環農法や草とボカシ主体の農法など、いろいろなやり方がありますが、基本は全部一緒、つまり土の中をいい菌ちゃんだらけにするような方法で取り組んでほしい。(ボカシとは有機物を発酵させて肥効をボカシた(穏やかにした)もの)

5 閉会