

# 「農業体験を伴う大学生との食育意見交換会」概要 ～食の大切さを農業とともに考えよう～

鳥取地域センター

## ・日時、場所、参加者

さつまいも苗植え：平成24年6月26日 鳥取短期大学附属幼稚園 チクチク山農園  
ふぁーまーがーるず（鳥取短期大学食物栄養専攻学生3名）  
鳥取短期大学附属幼稚園5歳児39名

草抜き、水やり、いもの観察：平成24年7月10日～10月15日 随時

園児と収穫（芋掘り）：平成24年10月29日

スイートポテト作り（調理）：平成24年12月12日 鳥取短期大学附属幼稚園5歳児室

意見交換会：平成24年12月20日 鳥取短期大学 D205教室  
鳥取短期大学食物栄養専攻学生46名、倉吉市立学校給食センター栄養教諭  
鳥取短期大学附属幼稚園教諭、鳥取短期大学教授  
出席者 全体57名（講師を含む参加者52名、センター関係者5名）

・主催：中国四国農政局鳥取地域センター

・後援：鳥取短期大学

## ・内容

### I 農業体験

#### 1 さつまいも苗植え（6月26日）

昨年に引き続き、栄養教諭を目指している鳥取短期大学学生3名が「ふぁーまーがーるず」を結成し、さつまいも作りの農業体験を行いました。今年も鳥取短期大学附属幼稚園の農園を借り、5歳児と共に芋の苗植えが行われました。



学生さんと園児の初対面。1年間よろしくね♪ 葉っぱや根からおいちに栄養がいくよ いものつるってこんななの～？

最初に、JA鳥取中央宇崎真理子教育広報課長から「さつまいもの育て方」の説明を受けた後、宇崎課長の指導で芋が大きくなる「たて植え」と、芋が沢山つく「ななめ植え」の植え方の指導を受けました。



ななめ植えてこうやってするんだ



初めての共同作業？



美味しいおいちに育ちますように…

## 2 草抜き、水やり、いもの観察（7月10日～10月15日、随時）

農業体験で一番大変なのが草抜き。今年も猛暑で草抜きは一番苦労したと学生から感想がありましたが、若さとパワーで日焼けも気にせず頑張っていました。

勿論、芋の生育観察も欠かしません。

草抜き前



草抜き後

水やり



## 3 いも掘り（収穫）（10月29日）

待ちに待った収穫の時。園児と一緒にいも掘りをしました。

確かに、たて植えは大きい芋になり、ななめ植えはつるにたくさんの芋がついていました。頑張って草抜きや水やりをした甲斐がありました。



たくさんおいもがついてる～



ぼくのいも大きいでしょ！



お姉さん一緒に抜こう～

## 4 スイートポテト作り（調理）（12月12日）

スイートポテトのレシピは、ふぁーまーがーるずが作りました。そこはお手のもの。

下ごしらえをし、蒸したいもを幼稚園に持っていきました。

園児のみんなともこれが最後の作業。楽しく調理し、給食と一緒にスイートポテトをいただきました。農業体験を通して園児ととても楽しい交流ができました。



まぜるのに力が入ります



できた～！！



美味しい～！お姉さんありがとう



## Ⅱ 食育意見交換会（12月20日、14時50分～17時50分）

はじめに、鳥取地域センター長 亀山 真二が開会のあいさつを行い、続いて講演、取り組み発表及び意見交換会を行いました。

### 1 講演：「五感で覚える食農教育のすすめ ～野菜のいのちに学ぶ～」

食育研究家 川上 一郎 氏

#### （1）五感で食農教育

- ① 食農から人間力を高めることができる。人間力とは「体」「健康」「文化」「心」で、その全てを満たすには五感が重要である。
- ② 今、なぜ、食育か？それは人が人や動物に関わりすぎると生き物は駄目になってしまい、五感に衰えが出てきている。
- ③ 人間の体の中で一番敏感な箇所は手と足の裏。しかし、最近の人は手と足の裏に汗をかかなくなっており、木にも登れない人が増えるなど、触覚の衰えを感じる。
- ④ 味覚も調味料でみんな同じ味になってしまっていて、素材の味は無関係となっている。



#### （2）動物の基本動作に学ぶ

- ① 動物の基本動作とは「動く」「食べる」「眠る」「産む」「自立」である。動物はこの5つの動作をきちんと守っているが、人間だけ守っていない。
- ② 動くこと。最近の子は走れない、スピードが遅い、ジャンプができない、握る力が無い、など体力の衰えを感じる。  
また、昔に比べ噛む回数が減ってきて、あごが細くなっている。だから歯が生える場所が無く歯の噛み合わせが悪い。噛まないから消化が悪く、脳へ刺激がいかない。
- ③ 食べること。肥満ややせ過ぎでバランスを崩しており、体だけでなく心にも影響が出ている。
- ④ 眠ること。それは決して無駄ではなく、体の活性剤の準備と余分な廃棄物を処理するために8時間は必要。しかし、不規則な生活が体のリズムを崩している。
- ⑤ 産むこと。出生率が今は1.39で今年は1.37まで下がると言われている。働きたい、勉強したい等で結婚は後回しとなり、結婚しないや晩婚化は大きな問題である。
- ⑥ 自立すること。自殺者が3万人と言われ、10数年減っていない。人間以外の動物が自殺したとは聞いたことがない。子どもの頃から耐えること、辛抱すること、努力することを自ら体験し、自らが生きることによって備えていなければならない。  
自立のためには、学校では勉強だけでなく体験活動も必要。

#### （3）自然の循環サイクルに学ぶ

- ① 陰陽五行説の中に「日月火水木金土」がある。その中で食べ物に関わるものが、日（太陽）、月（夜）、水、木（植物）、土である。
- ② 誰が食べ物を作っているか。正解は植物＝生産者で、光合成で無機物を有機物に変えるのは植物しかない。その有機物を分解してエネルギーにしているのが動物＝消費者で、有機物を無機物に分解するのが微生物＝還元者である。微生物は土の中に入り、姿形が無くなる。それを植物が吸収している。
- ③ この循環過程を生命・食物連鎖＝身土不仁と言われている。しかし、この循環サイクルに60%もの輸入品が入り、元々の自然の循環サイクルを崩している。

#### （4）農作物の「いのち」に学ぶ（実演）

- ① 卵とピンポン玉を持ってきた。ピンポン玉は転がって安定しないが、卵は転ばない。卵の中には赤ちゃんがいるため、にわとりが卵を産んでコトンと縦に落ちてても壊れない

ように出来ている。

- ② 大根を持ってきた。なぜ太いのか。それは秋に十分栄養を蓄え、寒い冬に耐えて春に赤ちゃんである花を咲かせるために太っているのである。大根は上が緑色で、下が白色。大根の上が茎だから緑で、下は根だからひげ根が生えている。上は茎だから甘い、根は雑菌だらけの土の中にいるから病気になるように辛味を付けている。園児に大根を生のまま食べさせ、上と下の味比べをしたら、上は甘いが下は辛いと答えた。しかも、大根が生のまま食べれるとは知らなかったという子もいた。素材の味をいかに引き出すか。それがお母さん方の子どもに対する役目である。
- ③ ブロッコリーの蕾は4万5千～6万個あり、この蕾は全て赤ちゃんの元である。
- ④ 白菜を一枚ずつちぎって並べてみる。全部で120～130枚あるが、順序よくきれいに製造されており、最後はこんなに小さくなる。これは赤ちゃんの元で、来年の春、花を咲かせて種を作る。赤ちゃんのために栄養を溜めて寒さを周りが保護する。
- ⑤ このように、卵や野菜は全部「いのち」を守るために作られている。我々の体の中も無駄なものは一つとして無い。
- ⑥ 「いのち」をしっかりと見つめ、自らの「いのち」を考えるのが食育、食農である。

## 2 取組み発表

### (1)「あぐりキッズスクールと食農教育の取組み」

発表者：JA鳥取中央 総務部教育広報課課長 宇崎 真理子 氏

#### ① あぐりキッズスクールについて

##### 目的

- ・地域の歴史的な食文化の継承
- ・「食」と「農」の体験学習  
(体で感じ、気づき、発見する中から  
いのちを育てる、いただく、つなぐを学ぶ)

##### 目標

- ・農業や特産物に誇りと自信を持ち、  
郷土愛と豊かな心を育む
- ・「ものを育てる」ことで思いやり、生きる力、  
いのちの大切さを学ぶ

##### 効果

- ・子どもたちの情操教育に役立つ
- ・農業体験を通して食の大切さを考える
- ・親子参加することで食と農の理解が深まる
- ・生きものや人に対する優しさが生まれ自然環境を大切にしようとする心を育てる

##### 主な体験活動内容

- ・野菜の収穫、ぶどう、らっきょう農作業体験
- ・田植え、稲刈り
- ・トマトケチャップ作り、米粉ピザ調理
- ・ナナカマド記念植樹、座禅、しめ縄作り

☆収穫時、ナス嫌いの子が新鮮なナスを見て思わずかぶりついた。

「ナスうっま～い！」それからナス嫌い克服されお母さんからは喜びの声が揚がった。



#### ② その他食農教育について

##### 食農出前スクール

- ・大阪市でスイカ栽培、らっきょうの植え付け、梨の摘果と袋かけ
- ・地元の幼稚園等でバケツ稲、椎茸植菌、田植え、梨袋かけ等

##### 女性大学「ルミナール」

- ・おせち料理、収穫体験、着付、マナー等

③ 大学生の皆さんへ

- ・ 食べるということは→医食同源
- ・ これで良いのか日本人→外国人が日本型食生活をし、日本人が欧米食生活
- ・ 人の賞味期限は50年→若い頃の食生活で50歳時の体調が見える
- ・ 子どもには自然に近い新鮮な食材を
- ・ 食育の原点は家庭にあることを忘れないで欲しい

(2)「スイートポテトができるまで ～ふぁーまーがーるずと愉快的園児たち～」

発表者：鳥取短期大学生活学科食物栄養専攻 神田 未来・北垣 曜・邊見 南保子

3 意見交換会

テーマ「食の大切さを農業とともに考えよう」

司 会：鳥取地域センター 総括管理官 高橋 昭二

アドバイザー：食育研究家 川上 一郎氏

J A鳥取中央 総務部教育広報課課長 宇崎 真理子氏

鳥取地域センター長 亀山 真二

【司会】

学生さんが農業体験をされ学ぶ立場だったのが、最後は園児を前に調理等で教える立場になっていた。どんなことが印象に残ったか。

【ふぁーまーがーるず】

普段や農業体験の時は学ぶ側だったが教える側になった時、園児に言葉を分かりやすく伝えることが難しかった。また、園児は好奇心旺盛なため、説明しても他に興味がいてなかなか聞いてもらえず、その意欲を私達に向けてもらうことが難しかった。

最初の頃は子ども達が警戒していたことと、私達も勉強しなければという思いがあったため、なかなか打ち解けられなかったが、最後は子ども達と一緒に勉強でき、子ども達から学んだことも多くあった。



【宇崎課長】

子ども達はすぐ気が散るので、私はこの言葉を使うことにしている。

「これから、大切なお話をします。」

子ども達は「何だろう？」と関心を示すので、その時間を上手に使って進めていく。これは、小學校生徒や大人にも効き目がありますので、是非使ってみてください。

【川上先生】

学生さんのお話を聞いてグサツときたのが「おまじない」です。これは心の問題。一生懸命心を込めれば子どもは付いて来る。

何事にも目的と手段がある。教える側も教えられる側も、何が目的かしっかり考えること。どうしても手段ばかりの話になる。

以前、栄養教諭が実施した食育の授業と、その後の意見交換会に参加した。その授業内容は素晴らしかった。野菜嫌いをどう防ぐかということになり、先生は「あなたのお母さんから預かった手紙よ」とその子どもに渡した。そして、その子がみんなの前でお母さんの手紙を読んだ。手紙には「〇〇は食べられるようになったけど、△△はまだ無理みたいね。だからお母さんも△△が食べられるよう努力して作ってますよ」と書いてあった。

その後の意見交換会で私はこう申し上げた。「先生の授業も素晴らしかったが、お母さん方が我が子に食育に関するメッセージを書くという意識に目覚め、お母さん方の教育にもなったのではないか」

宇崎さんもおっしゃっていたが、私も食育は家庭教育が大事とベースに置いている。お母さん方がしっかりしなくてはいけない。

#### 【宇崎課長】

あぐりキッズでは、子どもに気付かせることを大切にしている。気付くことが成長にプラスになる。何をするか、その方法を見つけさせるために農業体験を行っている。

それは、土・太陽・水に触れ、その自然からもらわないと私達の口に入るものは何も無いということを農業体験を通じて理解させている。子ども達の理解力は早い。

また、食べ物はよく噛みなさいと指導している。自分が作ったものをしっかり噛んで味わって食べることにより、初めて分かることがある。自分が作ったものは大事に食べている。食べ物の大切さというのは、体験でないとなかなか身につかない。

#### 【倉吉市学校給食センター 萬栄養教諭】

学生さんがこの猛暑の中、草取りを何回もしたことが印象に残った。辛い草取りで気付かれたことがたくさんあったのではないかな。

発表の中で、課題が出来たとのことだが、それを後輩にしっかり引き継いで欲しい。

教育とは言葉で伝えるだけでなく、気付かせることが何より大事であり、自らが気付いてそれを身に付けることはとても大きいこと。私は、感謝しなさい、命を頂いているとはあえて使っていない。いかに自分から感謝が出てくるか、そのためにはどのように関わっていくべきかと考えている。

#### 【センター長】

私からは最近読んだ「生きるぼくら」という原田マハさんの本を紹介したい。

「引きこもりの青年がおばあちゃんからの『死にそうだ』という嘘の年賀状を見て、おばあちゃんのいる長野・蓼科へ向かう。おばあちゃんの作ったおにぎりが美味かったことがきっかけで、その後認知症になったおばあちゃんの田んぼで、地域の人に力を借りながら従姉妹と米作りを行う。」というストーリーである。

自らが変わるのとは何かきっかけがある。農業体験で色んな経験をし学んで頂ければ有難い。今回、さつまいもを作って頂いたが、また作ってみようかなと思って頂ければ嬉しい。我々農水省も色んな取り組みを行っており、ご興味があれば連絡願いたい。

#### 【川上先生】

気付く、を見つけることはとても大事。農作物から学び取り、農作物を育てる時は見守る気持ちが必要。

さつまいもは教材としてとても素晴らしいと思う。人が変わり年月が経っても、さつまいも一本に絞り、さつまいもから何を学ぶか毎年確立していくべき。

さつまいもは苗から植えるが、苗には根が無い。どうやって根が出るか、それに気付いて欲しい。そして、植えてから一週間が勝負。さつまいもは一番最初に出た根だけに芋が付き、次の根から芋は付かない。

芋を縦に植えると1箇所だけ土に埋まるため、その1箇所から育つ芋は大きく育つ。また、横植え（水平植え）に植えたら、3、4箇所土に埋まり、その3、4箇所から一斉に根が出て芋がつくからたくさん育つ。

雑草が生えればその都度取らなければいけない。農作物は品種改良されてるから雑草に弱いということ。

芋のつるを手繰っていくと芋が次々出てくる。これが「芋づる式」という言葉の語源である。他にもさつまいもから色んなことが学ぶことができる。

【宇崎課長】

皆さんが親になって子どもが出来た時に、この言葉を思い出してください。

「子どもの味覚は3歳まで」「体の形成は10代で決まる」

お母さんの責任は重大です。その時にどんな食事を取ったかで、その人の生涯の傾向が決まります。

そして、3人の学生さんはとても頑張り屋さんでした。お疲れ様でした。

【川上先生】

ロシアのマカレンコという有名な教育者が「食育とは、その子が産まれる20年前に準備をしておかないと手遅れになる」と言っている。お母さんが25歳で子どもを産むとして20年前の5歳の時から準備し、おばあさんの時からお母さんに教え、それを繋いでいかないと間に合わない。大変な時代である。

【司会】

我々農水省は、大学生の食生活改善等に取り組んでいる。皆さんも親御さんになる前に食と農に関心を持って頂いて、いつか先生方の良い話を思い出して欲しい。