

やはり子供、若い世代です。私たち大人にはできないような、どう言ったらいいんでしょう、センスとか力を持っているんじゃないかなと、それを出し合っていけるような食育ということになるかと思います。

子供たちが発信型の食育でいきいきしている場面を紹介します。食の循環というのを子供のころから学んで理解していくのは難しいだろうという人がたくさんいます。大人だって難しいよ。でも、それはそういうものの見方を経験していないから、だから慣れていないんですよ。

先ほどの「さかな丸ごと探検ノート」の図を使って、自分が食べたことがある魚、見たことがある魚、何か本で読んだもの、何でもいいので、それをカードに書いて、どこでその魚やその情報と出会ったか。このカードをぺたぺた貼っていく作業をしました。すごいんです。

こんなにたくさん貼ってきている。17人の子供たちで書き出した種類が216種類で満載で貼りきれないくらいありました。何が言いたいかというと、たくさん出てくる。だから、そういう魚なら魚、食べものの生産から食べる、そして次の循環というものの見方を覚えてしまえば、子供たちはいくらでも日々の生活経験からやることができる。もちろん、若い世代はそれを学んでいますから。できる、なれていない、そういう教育の中で、今まで私たちはきたように思います。物事を循環で見ることの大切さです。

これは、ちょうど私たちのNPOのグループでやった食事づくりセミナーのある日のことです。学んだことを生かして、自分だけおいしいものを食べられるようにする、体にいいものを食べられるようにするという力だけでは、自己中心すぎませんか？食の循環全体から考えたら偏っていませんか？だから、学んだことは必ずそれを使ってみる、発信するという約束で、発信の場づくりをします。ちょうどセミナー開催場所が、高齢者の福祉施設ですから、地域のお年寄りの協力を得て行っています。小学生が「どんなもの好きですか、どんなもの食べたいですか、体の調子はどうですか」ってインタビューしている。それをもとにして、どんな食事を作るか、設計図を考えている。そして材料の発注もする。そして腕をふるって料理を作り、「3・1・2弁当箱法」を基にしてぴったりの食事を仕上げます。メッセージカードを添えて説明しているところです。

このおじいさん、とっても喜んでくださって、「ありがとう」ってお礼の気持ちを話すんですけど、「ぼくはごちそうになるばかりじゃ悪いから、ぼくがみんなに話せることといえば、この土地で育ってね、あそこの田んぼでは……」と話をしてくださっている写真です。そうすると、まさに情報の共有・交換、そしてそれがお互いに重なり合って高まっていくというか、質的に高まっていく様子を、実際に子供たちがやれる、若い人はもっとやれるはず。その証明です。しかし、現在の日本では狭い意味での勉強優先の形で、チャンスがなくなっているように思います。

ですから、子供が主体で進める、共食の会PDCA、Plan Do Check、次のActionというので、タイトルをつけました。

愛知県のある市の食育推進委員長を私がさせていただいていて、そこの委員のひとりに保育園の園長先生がすごく気に入ってくださって、「3・1・2弁当箱法」という、私たちの仲間と一緒に考え作ってきた、1食の適量と、栄養的なバランスも取れて、そして日本の生活文化も生かすことができる食事法を、保育園の園長先生が保育園に持ち帰って、保育園の子供たちが、お面を作ったんですね、一人一人が。それで、「3・1・2」だから、主食が3、それから主菜が1、副菜が2っていうんですけど、好きなものばかり入れる子、逆に「食べなさい、食べなさい」っていつも叱られていて、本当は食べたくないけど、先生に出すんだからと思ってそれを入れる子などいろいろでした。そのお面をかぶって、市の食育推進大会のときに、この子供たちが「3・1・2」のダンスを踊っている写真です。当日は3000人程集まったんです。今まで集まったことがなかった。

どうしてか？この子供の両親・家族はもちろん、おじいさん・おばあさん、それから親戚とか多くの人が集まりました。この日の食育大会は、大盛況だったんです。考えてみると、こういう力も子供にあるんです。大人が「すごくいい大会だから」と誘っても集まらなかったでしょう。こんな力もあるんだなという一つの例です。

内閣府の『食育読本』の中にも書いてあります。初めの話に戻りますけれども、食べたものは、食欲を形成する、基を形成する、そして食を営む力、生きる力につながって、この地域全体の食の循環、いま食育ガイドという食育の「環」をうまく回していく。必ず生きている人は、人間としての生活をしてい

る人は、どこかでどこかを担当することができる。子供たちパワーがそれを引っ張ってくれるというように思います。いただいた時間が過ぎましたので、またディスカッションの時間が少しあるかと思うので、ここまでにさせていただきます。どうもありがとうございました。

○司会： 足立先生、ありがとうございました。これより、食育推進ボランティア表彰受賞者による事例発表を行います。まずは、弥生母親クラブ「ほっとまま」、食育隊長の矢部加奈さん、植木優子さんによる発表です。こちらの団体は、年間のテーマに沿って、農業や酪農体験、調理・食に関する現地見学、手づくり食品の販売、講師による食に関する学習会などを行っていらっしゃいます。今回は、子供たちや活動メンバーが、どのように食への関心を高め、考えて食を選ぶ力をつけていくか。また年間テーマの作成の方法などを中心にご講演いただきます。それでは、矢部さん、植木さん、よろしくお願いします。



弥生母親クラブ「ほっとまま」



愛媛県立宇和島水産高等学校



ヘルスチーム菜良協議会

○矢部氏： 皆様、こんにちは。大分県佐伯市から来ました、弥生母親クラブ「ほっとまま」で、食育担当をしています、矢部です。

○植木氏： こんにちは。弥生児童館で児童厚生員をしております、植木です。

○矢部氏： よろしくお願いいいたします。すみませんが、ここからは着席させていただきます。まず母親クラブという団体ですが、これは日本各地にあり、子供たちの健全育成を願って、地域ぐるみでボランティア活動をする組織です。名称は母親と付きますが、お父さんでも地域の方でも入会できます。ただ今、弥生母親クラブ「ほっとまま」では、お母さんたちのみで活動していますが、今後、お父さんやおばあちゃんなどの参加があると喜ばしいと思っております。

「ほっとまま」発足のきっかけですが、弥生地域では、児童館が子育てのサポートの中心となる施設として存在しています。自分たちが乳幼児親子として通い、子供たちは小学生になれば、友だちと遊ぶ場として、中高生になっても、ボランティア活動などをしに立ち寄る場として、弥生児童館の存在があります。子供が成長して、手が離れたお母さんたちが、今度はサポートする側になろうと始めたのが、「ほっとまま」でした。弥生児童館と連携して、さまざまな活動を行っていますが、平成21年に、小学生を対象とした食育活動「食探検隊」をスタートさせました。

食探検隊は、地域内3つの小学校から希望者を募り、現在は1年生から6年生まで、約30名の子供たちと「ほっとまま」のメンバーが、弥生児童館を活動の拠点として、年間を通して、テーマに沿った食育活動を行っています。食探検隊の子供たちは、ほとんど全員が毎年継続して参加しておりますので、その活動の様子を見ながら、もしくは子供たちとの何気ない会話などから、自然と次の年のテーマが見えてきます。例えば今年度のテーマですが、今年度は「五感で味わう」をテーマに、味覚以外の感覚を使って、例えば花をつまんで食べたらどうだろう、お話を聞いて料理のことを想像してみよう、調理の過程で、食感が変わっていくさまを体験しようなどといった、食べること、体で感じる1