

実施概要

日 時：平成29年6月30日（金） 14：50～16：20
場 所：岡山コンベンションセンター コンベンションホール
テ ー マ：『連携と人づくり』食育の推進事例から考える
基調講演：足立 己幸氏（女子栄養大学名誉教授）
事例発表：食育活動表彰受賞者による発表
主 催：農林水産省

○中村氏： 皆様、大変お待たせいたしました。これからのお時間は、食育シンポジウム2部、『連携と人づくり 食育の推進事例から考える』を行います。皆様、本日の午前中に行われた食育活動表彰式をご覧になりましたか。食育活動表彰は、ボランティア活動、教育活動、または農林漁業、食品製造・販売等の事業活動を通じ、食育を推進する優れた取組を行う19の団体及び個人に対して、農林水産大臣が表彰を行うものです。

これからの時間は、表彰された19団体の中から三つの団体に取組の発表をしていただきます。ボランティア部門の中から、食育推進ボランティアによる活動、教育関係者、事業者部門から、教育等関係者による活動、そして食品製造販売者等による活動の事例発表となっています。その後、足立己幸先生による講演をお聞きいただき、これからの食育活動を皆様と一緒に考えてまいりたいと思います。

初めに、主催者の農林水産省、今城健晴消費・安全局長より、皆様にごあいさつ申し上げます。どうぞご登壇ください。

○今城氏： ただ今ご紹介にあずかりました農林水産省、消費・安全局長の今城です。よろしくお願いいたします。今日は、先ほど表彰を受けられた方々から、活動のご報告とご紹介をしていただきます。また、その後、足立先生から中身の濃いお話が聞けるのではないかと期待しています。

今日のシンポジウムのテーマ、「連携と人づくり」は、まさに食育実践の現場で取組を行う皆様にとっては大変重要なテーマです。「食育」という言葉自体、あるいは食育活動の中身は、色々な所に段々浸透してきましたが、この活動は、地域の色々な活動の人付き合い、連携、そしてそれを担う方々が増えていくということがないと、盛り上がっていきません。

そういう意味で、今回は特に、この地域連携を非常にうまく取り入れて、それを目標とする食育の重点テーマ、食文化の継承に向けた食育、あるいは若い世代を中心とした食育、多様な暮らしに対応した食育などの推進に向け、着実に成果を挙げている方々の話です。

また、食育に継続して取り組むために欠かせない人材育成の観点からも、大変独創的で、地域の特長を生かした実践的な活動を聞かせてもらいたいと思っています。足立先生のご講演も非常に楽しみですが、事例発表者の皆様の活動ポイントを踏まえ、食育活動の関係者の全員が目的を共有し、食育の輪をいかに効果的に回して行くことができるか、これを意識することで、会場にお越しの食育実践者の皆様、あるいは行政で食育に携わっている皆様の食育活動に生かしていただくための参考になれば幸いです。

今回のシンポジウムを通じ、地域の食育の輪がさらに広い地域へと広がり、全国に伝わり、食育に対する国民の皆様のご理解が一層深まれば幸いに思います。何卒よろしくお願いいたします。ありがとうございました。

○中村氏： 今城消費・安全局長よりごあいさつ申し上げます。どうぞご着席ください。それでは、早速、事例発表に移ります。発表していただくのは、午前中に行われた食育活動表彰の受賞者3組の皆様です。それでは、どうぞご登壇ください。せっかくですので、拍手でお迎えしましょう。どうぞご着席ください。

最初に発表していただくのは、食育推進ボランティアの部で受賞されたNPO法人霧島食育研究会理事長、千葉しのぶ様です。それでは、お願いします。



今城 健晴 消費・安全局長

○千葉氏： 皆さん、こんにちは。はじめまして。私は、鹿児島県霧島市で霧島食育研究会理事長の千葉と申します。このような賞をいただき、本当にありがたく思います。私達の研究会の目的は、霧島で食を大切にする文化をつくることで、行っている食育活動は、超ローカルで、田舎っぽいものです。霧島の畑や田んぼを教室に、そこでできた米や大豆を教科書に、そして、霧島のおじいさんとおばあさんを先生に行う活動です。

霧島地区は、鹿児島県と宮崎県の県境にあり、人口は少ないです。高齢化率は高いですが、元気なおじいさん、おばあさんがたくさんいる所です。腰が痛い、足が痛いと言っても、春になれば山に入って山菜を採ったり、夏野菜の少ないときの代わりにしたりする。そういう知恵がいっぱい詰まった地区です。

研究会の活動は、現在15年目です。スタッフは様々な職業と年齢の幅も広いのが特徴です。また、活動を支える多くのスタッフに支えられています。研究会の活動を始めた頃、霧島地区の子育て世代を対象に食事を作るのが面倒ですかというアンケートを採りました。そうしたところ、「よく面倒だと思う」、「時々面倒だと思う」と答えた母親が85パーセントいました。こういう結果が出ると、若い母親の未熟さを指摘されがちですが、私達は、だからこそ地域で食の大切さをあの手この手で伝えていかなければいけないと思いました。(NPO法人 霧島食育研究会 理事長)



千葉 しのぶ氏

霧島に住んでいると、よく地元の愚痴を言います。何も珍しいものなどないということや、もっと便利なものがあればいい、おしゃれなものがあればいいと言いますが、私達はないものをねだるのではなく、それでもこの地には、大豆からみそを作る人がいる、おいしい米を作る人がいるという、今あるものを探し、ここにあるもので今までになかったものを作ろうと思います。これが活動全体に流れている信念です。

そして、具体的な方法は、まず家庭や地域にたくさんある知恵を自分達が学ぶことです。例えば、米作りや料理を学ぶということです。そして、そこから二つのものをつくります。一つが体験プログラム、そしてそれを記録したテキストの貸し出しです。

研究会は、『学ぶ・創る・耕す・つながる』という四つの活動から成り立っています。まず、学ぶ活動は、霧島食べもの伝承塾、鹿児島郷土料理マイスター講座です。霧島食べもの伝承塾は、地元のおばあさん達に、レシピは準備せずに、昔から霧島で食べられていたものを学ぶ教室です。これは、現在13年継続し、110回ほど開催しています。

また、鹿児島郷土料理マイスター講座は、南北600キロといわれる鹿児島県全体の食文化を、教室を鹿児島市に移し、地域の方と食材を用いて郷土料理を学ぶ教室です。また、これらは必ずテキストにして、そこに参加できない方も学べるようなシステムを作っています。

そして、耕す活動は、『霧島・畑ながっこ』です。霧島の言葉では、学校を「がっこ」と言います。霧島畑ながっこでは、主に大豆と米を作ります。そして、作った大豆で、みそ、豆腐、納豆、きなこを作ります。子供たちは、お米を作ります。お米も、種まきから、代かき、田植え、草取り、稲刈り、脱穀をします。

稲はザクッと切ってドサッとまとめていきますが、小学校5年生の女の子が、ザクッザクッと稲を刈りながら、「このザクツという音は幸せな音だね」と言ったのが大変印象的でした。命あるものを作って食べる経験は、長い人生の中のたった1年かもしれませんが、私達が子供達に望んでいることは、20年後、30年後に人の親になったときに、食べるものの大切さを知ってほしいということです。日本の米は金の先にあるのではなく、作ってくれる人と田んぼがあるからこそ、自分達が米を食べられるのだということ、心を込めて伝える親になってもらいたいという願いを持って活動を進めています。そして、テキストも作っています。

さらに創るという活動では、『霧島食の文化祭』という食の祭りを毎年開催しています。子や孫に残したい霧島の食は何ですかというテーマで、毎年11月に、現在までに13回開催しています。ここでは、たくさんものが食べられるということや、買えるということがメインではなく、家庭料理大集合がメインの取組です。いつも食べているものを持ってきてとお願いすると、多くの方が自分の作ったものをニコニコしながら持ってきてくれます。持ってきたものをテーブルの上に並べますが、その料理は1回に大体150皿ほどです。

決まりは一つだけです。料理の下には必ず、A4の紙にこの料理への思いを書いてもらいます。そうすると、150の料理には、150のそれぞれの思いがあることが分かります。印象的だったのは、この料理です。料理といっても高菜の漬物を巻いた高菜のおにぎりですが、これを出したヤスコさんという当時50代の方は、料理名に『高菜のおにぎり』とは書かずに、なぜか『母ちゃんの声』と書いてありました。

なぜ高菜のおにぎりが母ちゃんの声なのだろうと思い、この料理への思いを読みました。そうしたところ、長女のヤスコさん、次女のキヨミさん、末っ子のサトルさん、3人の子供の名前を呼ぶ母ちゃんの声がそのまま書いてありました。ヤスコさんのお母さんの声が、鹿児島弁で、「ヤスコ、キヨミ、サトル、母ちゃん達畑行くてね。おやつは高菜のにぎ飯があつてね」と書いてありました。ヤスコさんに話を聞くと、小さいときに食べるおやつは、買ったおやつではなく、いつも母ちゃんが漬けた高菜を巻いた高菜にぎ飯だったそうです。

お母さんは畑に行くときに、必ずにぎ飯を作って、そして子供の名前を、ヤスコ、キヨミ、サトルと言わずつ呼んで畑に行ったそうです。彼女はまた、「うちの母ちゃんは早く亡くなったけれど、私は今でも高菜のにぎ飯を作るのが好きだよ。作るたびに母ちゃんが、ヤスコと私の名前を呼んでくれる声が聞こえるだよ」と言っていました。そういう料理もありました。

会場の真ん中には、ちゃぶ台カフェという場所があり、霧島のおばあさんに座ってもらいます。そこには見ず知らずの方達も座ってきます。小学生は、椿の葉の上に漬物を2種類ぐらい載せて運び、高校生はお茶を運びます。お客様は、高校生が運んだお茶を、「おいしいね。ありがとうね」と言いながら飲むので、高校生も幸せだと言いながらお茶を運んだと聞いています。

私は、この食の文化祭がとても好きです。この1日があるから、残りの364日が面白いと思います。なぜなら、例えば、ひと皿の料理を持ってきた80歳のおばあさんが、自分の作った料理をテーブルに置いて、それを見ながら来年は何を出そうかと考えれば、81歳までの残りの364日は少しずつ面白くなるのではないかと思うからです。そして、私達は、21世紀のこの霧島に来た人は何を食べていたのか、何を残してきたのかということ、毎年、文化祭が終わるごとにまとめています。

つながる活動では、高校、短大、大学、行政、企業と色々な面で連携しています。特に昨年からは、鹿児島女子短期大学の学生が、授業の一環として米を作っています。しかし、ただ米を作るだけではなく、その活動は大型紙芝居にして、教材として発表しています。

また、様々なマスメディアを通して鹿児島の食文化を発信し、国際放送で郷土料理を紹介したこともありました。スタディスタッフとして関わる高校生の多くは、将来、栄養士や農業関係の大学に進みます。食べ物を大切にするという研究会の目的が、次世代の人生選択にもつながっていることを大変ありがたいと思います。

さらに、若者が地域外から研究会の活動に参加することもあります。そして、この若者達は地元の若手農家となり、色々なネットワークを育みつつあります。私達が大事にしていることは、スタッフを、郷土料理や料理写真撮影、そして食の教育のスペシャリストにしていくことです。そのために、サポーターを養成し、研究会の活動をサポートしてもらおう仕組み作りを行っています。

心掛けていることは、まず前例にとられないということです。このようなことはやったことがないではなく、面白そうだからと、まずやってみるということが大事です。そして、私達は、決して独走はしません。皆で一緒にやっていくという覚悟を決めています。そしてできる方法を探します。やったことがないからというできない理由を探すのではなく、どうしたらできるのかということ、皆で考えています。

このように、人と関わり続けて継続した結果、活動の参加者は延べ60,000人、活動されたスタッフは延べ6,000人、連携団体は約20団体になりました。しかし、課題も幾つかあります。一番大きな課題は、私達が借りている、標高300メートルの所にある3,000坪の土地と2反の畑、田んぼの整備には財源が必要だということです。

私達が目指しているのは、霧島の食育ステーションです。地域に根ざした食育活動のため、人ともとの情報が、霧島食育研究会を通して相互に交流できる仕組み作りを今後も目指して行きたいと思います。

私達が14年の活動の中で学んだことは、食育は決して目的ではなく道具だということです。食育は、人の心を温かく、優しく、深く耕すことができる、使いでのある道具です。このような賞をいただいたことを大きな力とし、霧島で食を大切にす文化を益々伝えていきたいと思っています。このような紹介の場をいただき、本当にありがとうございました。以上で発表を終わります。ご清聴ありがとうございました。

○中村氏： NPO法人霧島食育研究会の千葉理事長でした。ありがとうございました。鹿児島弁交じりのお話がとても温かみがありました。私も九州出身なので、懐かしいと思いながら聞いていましたが、熊本弁でなくてはいけないというわけではありません。

では、続きまして、教育関係者の部で受賞された、熊本県立大学代表の地域連携研究推進センター食育推進プロジェクト特任講師、本田藍さんをお願いします。

○**本田氏**： ありがとうございます。このような素晴らしい賞、貴重な機会をいただき、誠にありがとうございます。熊本県立大学の食育推進の取組についてご紹介させていただきます。

熊本県立大学では、食育健康ビジョンを策定して、地域の食育の中心的役割を果たすことを目指し、人材育成、拠点形成、研究開発の三つのアクションを行ってきました。学内に多様な専門分野を持つ教職員からなる専門の委員会を設置し、地域の食と健康に関する幅広い取組を行ってきました。

また、食育を推進する専門の部署として、食育推進プロジェクトを設置しています。この食育推進プロジェクトで、これまで11年間実施してきた取組の中で、特に人づくり、地域との連携において効果的だった食育の日と、さらに今日は、近年学内で重点的に実施されている大学生を対象にした食生活改善の取組についてご紹介します。

まず食育の日では、管理栄養士養成学科の学生が主体になって県内の市町村を訪問し、地元の方から地元の食や文化を学び、それを基に学食に提供するオリジナルメニューを作成します。このメニューの試作の段階では、学食業者と連携して、素材に合った味、それから調理方法、食数やコストなどについて試作を重ねながら検討していきます。それにより学生は、授業では分からない現場の状況を知ることができ、現場感覚を養う貴重な経験になっています。

こうして出来上がったオリジナルメニューを学生食堂で販売するとともに、学生自身がお客さまの前で、地域の食の魅力や文化等をPRします。この食育の日を人づくりの視点から見ると、学生自身が売り手や、地域の魅力を伝える立場となることで、地域視察が単なる体験ではなく積極的で真剣な学びになり、学生への吸収率、定着率もとても大きなものになります。これは効果的な地域リーダーや、食育リーダーの育成にもつながっているのではないかと思います。

さらに地域との連携の視点から見ると、若い大学生が、地元の方が気付かなかったような地域の食材や食文化の魅力を発掘してPRを行うことは、客として学食に来る大学生への、効果的な情報発信にもつながります。こうした点が魅力となり、私達は多くの自治体と連携できたのではないかと思います。

その結果、私達はこれまでに17以上の自治体、団体と連携し、200種類以上のオリジナルメニューが開発されています。そして、このオリジナルメニューは、3冊のレシピ本として出版され、時には小学校の学校給食に採用されるなど、学外にも広がっています。さらに、高校や農業大学と連携して、オリジナルメニューが開発された例もあります。

とはいえ、この食育の日に参加している学生は、もともと食に興味の高い学生がほとんどでした。そのため、管理栄養士養成学科以外のあまり食に興味のない学生達をいかに巻き込んでいくかというところは、大きな課題として残っていました。この課題解決の方法の一つとして考えられたのは、学生の食環境自体を変えるということでした。

折しも、昨年4月に熊本地震が発生し、学食が被災しました。それと同時に、この食育の日も実施することができなくなりました。震災後、学生にも疲れやストレスが溜まる中、食生活の調査を実施した結果、多くの学生の食生活は乱れていました。さらに、健康状態も悪い傾向にあることが明らかになりました。欠食も多かったですが、一番の課題は、野菜摂取量が非常に少ないことでした。

そこで、私達は、学生の食環境の改善を目的として、JA熊本中央会、JA熊本経済連や同窓会紫苑会の支援を受け、彼らと連携しながら、1日の目標野菜摂取量350グラムの3分の1以上が取れるような野菜料理を、できるだけ長い期間学生に無料提供しました。これはベジチャージキャンペーンといいます。このキャンペーンは、学生の食環境の改善だけでなく、食にあまり興味がなかった学生がこのキャンペーンに参加して野菜をたくさん食べた結果、日頃の自分の野菜摂取量不足に気付き、野菜摂取の必要性を感じるきっかけにもなりました。

本学には学部により、あまり自分の食生活や健康に興味がない一方、地域貢献には非常に意欲的な学生がたくさんいます。そういう学生は、震災後、自分も疲れてやせ細っているにもかかわらず、地元のボランティアにまい進していました。同時に、震災後に仮設住宅に移り住んだ方々は、環境の変化や近所との交流が断絶することにより、ストレスが溜まっている状況にありました。

そこで、私達は、大学生と仮設に移り住んだ方々が、懐かしい郷土料理を一緒に調理して会食をすることにより、食生活改善のきっかけ作りや、新たなコミュニティ形成、心の癒やしにつながることを目的に郷土料理教室を実施しました。これは、会場にお越しいただいているくまもとふるさと食の名人さんにもご協力をいただきながら、地元のボランティア団体である復興Project大津「カセスル熊本」と一緒に連携して実施しました。

当日、仮設住宅の集会所、みんなの家にはたくさんの入居者が集まり、大盛況となりました。ここには子供達も参加しました。郷土料理といっても、地元の食材を使ったピザを手作りの窯で焼くなど、楽しい要素を加えながら実施しました。

今まで全然料理をしなかった学生も、これを機会に家でも料理をするようになったそうです。さらに、料理教室に参加してくれた学生は、去年は料理教室で自分が学ぶ立場だったけれど、今年は学んだことをより多くの人に伝えたいと、自分達が主体となって新入生対象の料理教室を開催してくれました。



本田 藍氏

(熊本県立大学 地域連携・研究推進センター
食育推進プロジェクト 特任講師)

このようにして、学生主体の食育の輪は今も広がっています。

昨年度からは、より多くの方に熊本の地域や食の良さ、そして文化の情報を提供していきたいと、行政や県内の教育機関、学内の様々な学部で教職員が連携し、熊本の食や健康作りについて分かりやすくまとめた『くまもと食育ガイドブック』を編集しています。今年度は、学内の講義や学外の講演等でもそれを積極的に使うことで、より多くの方の食への関心を高め、食生活改善のきっかけにつなげていきたいと考えています。以上で、熊本県立大学の取組の紹介を終わります。ご清聴ありがとうございました。

○中村氏： 熊本県立大学、本田先生、ありがとうございました。若い世代が頑張っているということは、私達にも本当にいい刺激になります。続きまして、食品製造販売者等の部で受賞された、いばらきコープ生活協同組合を代表して、組合員理事 市原るり子さんをお願いします。

○市原氏： 市原です。今回、このような素晴らしい賞をいただき、ありがとうございます。暮らしの変化に対応した、私達の食育活動についてご報告します。

私達いばらきコープは、県民の約3割が加入する生協です。宅配でお宅に伺った際に、異変に気が付いたら、行政の窓口へ連絡するという見守り協定は、県内の全市町村と締結していて、地域にあって良かったと言ってもらえる生協を目指しています。私達は、食卓を笑顔に地域を豊かにというビジョンを掲げ、行政、諸団体との地域連携による食育活動に力を入れております。それでは、野菜販売体験、『茨城をたべよう！キッズマルシェ』と、地域皆で食卓を囲む、ほべたん食堂という取組をご紹介します。



市原 るり子氏

(いばらきコープ生活協同組合 組合員理事)

まずは、野菜の流通、そして旬、栄養、食料自給率や食品ロスについて学び、食卓への関心を促します。チームに分かれ、販売する野菜の試食をし、感じたおいしさや学んだことをポップ、看板にします。それから、販売です。茨城県は農業県なので、自分で野菜を作っている方もたくさんいますが、作っていても、買ってほしいという子供達の熱意に、購入してくれる方もたくさんいます。

右下の写真は、「ゴボウを食べるといい男になりますよ」と、かわいい女の子が女子力高くセールスしている場面です。キッズマルシェの狙いは、選ぶ力を養って野菜を好きになってもらい、チーム力やコミュニケーション能力を養うことです。最近では、野菜を全く食べないし、果物も食べられないという子供が珍しくありませんが、キッズマルシェを通じて、その場で野菜が食べられるようになる子もいます。食は体だけではなく心も育てるといいますが、子供達が、農業の大切さ、食の大切さを感じる取組を、私達大人が積極的に作っていくことはとても大切です。

この取組で大切にしているのは、行政や諸団体との地域連携です。まず、参加する子供達は、県の生涯学習課を通じ、開催場所の近隣小学校の協力を得て募集します。販売する野菜も、近隣JAの御協力をいただき仕入れます。JAの直売所や収穫祭、県民祭りで開催し、子供達と地域の資源をつなげていきます。

昨年度からは、県の農林水産部の御協力により、茨城県茨城農業改革推進大会で開催し、子供達が、1,300名近い農業関係者に向けて応援メッセージを送ってくれました。農業関係者の方からは、「子供達の応援に胸がとても熱くなりました。今後の活力になる」という声をいただいています。

参加した子供達からは、「将来八百屋さんになる。農業をやる」という声も上がりました。魅力度ランキング4年連続ビリーの茨城県ですが、子供達には素晴らしい茨城農業の魅力を発信してもらいたいと思っています。これからも行政諸団体と連携し、子供達と地域をつなぎ、茨城農業を応援する取り組みを進めていきたいと思っています。

続いて、地域の共食、ほべたん食堂です。2012年度の厚労省の調査では、18歳未満の6人に1人が貧困という結果で、先進国の中でも日本は深刻な状況にあります。1人で食事をする子、家でご飯を食べられない子も増え、子供食堂の輪は全国に広がっています。

私達は、食育の人材育成にも力を入れ、食育サポーターを養成しています。食育サポーターは、県内の小中学校や幼稚園に向け、年間50カ所ほどの食育教室を開いています。その教室の中でも、夕飯はお菓子を食べているという子や、毎日コンビニの弁当という子が増えてきています。共働きや一人親世帯の増加など理由は様々ですが、食育活動も、こうした多様な暮らしの変化に対応する必要があると私たちは考えました。

私達生協は、誰もが安心して暮らせる地域社会を目指しています。そのため、貧困や子供には特化せず、地域の皆で食卓を囲めるようにと、子供食堂ではなく、ほべたん食堂と名付けました。この『ほべたん』というのは、私たちのマスコットキャラクターの名前です。

昨年5月に下妻市で、全国の生協で初の自主運営としてスタートしたほべたん食堂の共催は社会福祉協議会です。社協とつながろうと考えたのは、彼らは地域福祉のプロだからです。

私達は、茨城県の計画に沿った取組とし、県と市に後援を依頼しました。そして、野菜などの食材を継続して提供してもらえるように、JAの皆様に協力を呼び掛けました。

こうした取組を継続していくには、行政や様々な所とつながり、問題意識を共有することが大切だと私達は考えています。今年2月には、皆様もご存じのように、2年前に堤防が決壊し、甚大な水害のあった常総市でスタートしました。常総市では、家を失った方も多く、住民の1割が転出しています。区長さんや地域住民の方々が、地域を元気にしようと手を挙げました。最初の下妻市では、食育サポーターが中心となりスタートしました。

最初は、市の広報誌で地域のボランティアを募集しましたが、思うように人が集まりませんでした。1年近くが経ち、ようやく今は地域のボランティアが増えてきたことを踏まえ、2カ所目の常総市では、まず地域の皆様が自主的に運営するという意思を大切に話し合いを進めました。私達生協はサポート役に徹し、ボランティアの募集も町内の回覧板で行うなど、町内会が主体的に動いてくれました。そのおかげで、近隣小学校の校長先生も駆け付け、応援してくれ、地域が一体となり運営をしています。

こちらはそのときの様子です。茨城県らしいたくさんの野菜料理が並んでいます。5月には、こいのぼりずし、そして夏休みには縁日、9月には、子供達と一緒にお月見団子を作るといった、季節の行事も大切にしています。そして、単に食事の提供をするのではなく、子供の自立性を育めるように、自分で御飯をよそう、配膳のお手伝いをするといった日常のシーンも大切にしています。

そして、近くの高校生や大学生は、子供達の宿題を見る学習ボランティアを引き受けてくれます。最近では、この女子達は調理にも興味を持ち、台所のお手伝いもしてくれます。

私達の役割は、地域社会づくりをコーディネートすることではないかと思えます。つなぐ役割を誰かがしないと、このような取組を進めるのは難しいのかもしれないと思います。行政や社協も、自分達だけではできないと思っていたそうです。核家族や1人暮らし、共働き世帯の増加から、地域コミュニティーが薄れ、日本の伝統や和食文化の継承も希薄になってきています。地域の共食がもたらす効果は非常に大きく、「いただきます」に始まる行儀作法や行事食を通じて、地域の子供達からお年寄りまで、ほべたん食堂に集う人々が町で出会うと、声を掛け合うようになっています。同じ釜の飯を食べるといのは、地域コミュニティーの再生に欠かせないのかもしれないと思います。

今、社協やNPOの要請に応え、来月には2カ所がオープンを控えています。また、たくさんの所から一緒にという声も多いので、現在子供食堂の作り方講座を準備中です。一昨年からは、千葉県との研修も受け入れ、そして7月には島根県からの研修も受け入れます。もしご興味がありましたら、茨城県までおいでいただければと思います。

私達は、これからも行政諸団体と連携し、地域の皆様と一緒に多様な暮らしの変化に対応した食育活動を進めていきたいと思っています。このような機会をいただき、ありがとうございました。

○中村氏： いばらきコープ生活協同組合、市原理事、ありがとうございました。事例発表をいただきました3名の皆様、改めてありがとうございました。ここでいったんご降壇いただきます。

お話を伺っていると、本当にいい連鎖が生まれていると感じました。その場、そして人づくりは、本当に大切だと実感しました。続きまして、本日の事例発表を含めた総括として、ご講演をいただきたいと思えます。講師は、食育活動表彰審査委員であり、女子栄養大学名誉教授、名古屋学芸大学名誉教授の足立己幸先生です。先生の詳しいプロフィールは、お手元の資料をご参照ください。それではお待たせいたしました。足立先生、どうぞご登壇ください。皆様、大きな拍手でお迎えください。

○足立氏： 皆さん、こんにちは。今、3人の事例報告に圧倒されました。一つ一つ丁寧に日々の活動を重ね、そしてそれなりに自分達や周りの評価も得ながら、食育の環が広がっていく様子を聞かせていただき、ありがとうございました。もう私の基調講演は要らないのではないかと考えたのですが、隣の局長に駄目と言われそうなので、お話をさせていただきます。

時間は限られていますが、お手元に、『連携と人づくり』という縦書きのレジюмеに当たるものがあります。そして、もう一つは、パワーポイントの打ち出しをしたものです。これから、パワーポイントを使って問題提起をしますが、ここには大事な図だけが入っています。多分、皆さんが、それぞれの立場で、自分の所でもそれをたたき台として使用できるかと思われるものをコピーしました。この2種類の資料を使いながら、問題提起をしたいと思えます。

いただいたテーマは、連携と人づくりです。局長からの指示のとおり、連携と人づくりに焦点を絞った形で問題提起したいと思えます。この図は、皆様ご存知の第3次食育推進基本計画です。第1次、第2次 食育推進基本計画の実績を踏まえ、第3次が出されました。一番上に、『実践の輪を広げよう』と書いてあります。これは、5つの重点課題を出し、それをうまく進めながら、真ん中の食の営みの質を高めていこうという提案、総括の図です。

今、受賞者の皆さんが話してくれたのは、それぞれの地域や課題を踏まえてこの図を充実させていく活動でした。



足立 己幸氏

(女子栄養大学名誉教授)

着々とアイデアを出して、いつながりを作りながら活動されていました。図の中心には、第3次食育推進基本計画を進めるに当たり、国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者など色々な組織や関係者が、主体的、かつ連携・協働しながら、食育の取組を推進することというモデルの図です。周りにはそういう組織が並んでいますが、一番大事な生活者は、真ん中の赤い丸の所に位置づいています。

ですから、これは、色々な連携をして五つの重点課題を軸に、食育の質を高めていくための図になります。

今日、注目したいことは、この赤い丸の所にいる国民の全ての人に食育が行き届いているかということ、そうでは無い現状があることです。

例えば、「食育に関心がある」と回答する人は75%を占めますが、食育の中でも重要視されている朝食をほとんど食べない、又は2-3日しか食べない人は全世代の平均で11%以上。特に若い世代は24.7%と高率を示しています。たくさん例を挙げても仕方ありませんが、何が言いたいかということ、国民全体の中には、そうした食育の活動が届かない、食の課題を解決できていない人達が少なくないという現状を、私達はきちんと認識しなければいけないということです。

第3次食育推進基本計画は、今までどうしても積み残しがちだった人達にも行き届くように、食育の環を広げていこうということです。1992年に、安全で栄養的に望ましい食物をアクセスすることは、人々の権利であるという「世界栄養宣言」がなされました。もちろん日本国憲法でも、健康は人権として保証されています。そうなると、今の図の真ん中の赤い所で積み残された人達を、自分がしないからいけないと放っておくわけにはいきません。どのような事情があろうとも、全ての人にきちんと人間らしい食を保証していくことが必要であり、そのためには食育が大事だということです。

食の営みを、もう少し丁寧に見てみます。内閣府の食育読本で紹介されています。この下敷きは、今から50年くらい前、私が保健所の栄養士であった頃、地域の栄養不良の子供達の問題解決のための協力者探し、今で言う協力・連携の人探しのために描いた地図でした。右側に示したものは、食物の生産から加工、流通、調理、食事というフードシステムです。そして、左側は、食情報システムです。こうした地域で、前のスライドの真ん中の人々は、日々の生活を営んでいることになります。

食を営む力を形成していくことは、まさに生きる力を形成していくことにつながります。そして、それは個人の生きる力であり、家族の生きる力、地域の生きる力、国の生きる力、世界の生きる力というふうに広がっていきます。これらの力が、次の食料生産、加工流通、…食べる…と循環していく「地域の食の循環図」です。

このようなものは見飽きたと言いたい方もいるかもしれませんが、二つほど確認をしたいとこの図を出しました。まず、食といっても、これほどたくさんの場所で色々な営みがされているわけです。今日はお昼に美味しいお弁当をいただきましたが、そのお弁当ひと箱の中には、今までの発表にもあったように、色々な場の、色々な人達の活動が全部染み込んでいるわけです。

そう考えると、食事そのものは、色々な人達の連携によって作り出されているということです。ですから、何か特別に食育の連携をしなければいけないのではなく、食そのものが既に連携の中で生まれて、それが次の連携につながっているわけです。この当たり前のことを、今日は確認したいと思います。

もう一つは、だからこそ、私達を含めて、先ほどの図の赤い丸の中にある食育活動から積み残された人達にも行き届くような「人間らしい食」の実現は、誰かが1人で頑張ればできることではなく、やはり連携の力なしには成り立たないということです。ですから、今日のテーマの連携は、当たり前の営みを、当たり前前に動かしていくにはどうしたらいいかということになるのだと思います。

私事で恐縮ですが、私も保健所の栄養士時代から悩んでいました。一生懸命協力してくれる人は、研修会や講習会に声を掛ければ、すぐに集まります。一方、声を掛けても、こちらから訪問しても協力の輪に入ってくれない人が多くいました。

東京都衛生局でも同じ悩みを未解決のまま、女子栄養大学に移りました。開発途上国の子供達の栄養問題に大変心を痛め、その活動に入りました。その経過の中で私は、ロンドン大学人間栄養学部客員教授に招へいされ、今まで知らなかった多くの研究者や本と仕事を共にすることになります。パワーポイント右上の赤い所に紹介した『My name is today』という1冊の小さな本は、国際協力関係者の必読の書の一つです。識字できる人が少ない地域ではイラストが活用されます。

これは、その本の中の1ページです。英語のままですみませんが、これは医療の話です。一番上に医師がいます。皆さんの中に、医師の方がいたらごめんなさい。医師が悪いと言っているわけではありませんが、ここでは、本当に住民の人達が健康になるためには、いつもトップに医師がいて、その下に看護師がいて、その下に色々な専門家がいるというピラミッド型の指示・共同型では、必要な緊急課題や重要課題には充分に対応できないと言っています。一番大事なのは、住民主体で、健康になっていくことです。ですから、このピラミッドを少しひっくり返して、住民が自由になり、そのときの課題に合わせて、医師や看護師や必要な人がトップでマネジメントするという形になっています。

ここで言いたいことは、課題に合わせて連携の組み方は違うということです。課題を解決するために、一番いい組み方をその都度考えていく。そこには連携ができる人達やグループ、組織が色々あり、必要に応じて組み立てていくということが、本当はいい連携だということです。

私はこれを見て、夜眠れないほど興奮しました。つまり、きっちりとしたピラミッド式の連携も必要で

すが、それだけでなく、もっと緩やかな連携も必要だということです。私の連携観に強烈な変動を与えた図です。

では、「ゆるやかな連携」をどうとらえ、どう見える化し、共有するか？日本では、待望の食育基本法の下、都道府県市町村では食育計画策定委員会を作り、具体的な検討が始まりました。この図は関東のある市の検討過程で描いた「ゆるやかな連携」を重視した図です。

行政の組織図の線を外し、係をばらばらにしました。そして、係の名前を左端に順番を決めずに並べていきました。組織には上下関係がたくさんありますが、それも全てばらばらにしました。その時の課題に合わせて、多様な組み合わせの連携ができることを、行政の関係者はもちろんのこと、市民も共有したいと、作成したのです。残念なことに、策定委員会の提案は、食育指数には取り入れられず、いつもの組織図と同じに、しっかり線で結ばれて印刷配布されました。だから、幻の図と呼んでいます。

2008年の食育推進大会で基調講演をしたときに、私はたまたまこの幻の図の話をしました。そのとき、「地域や暮らしている人達、抱えている食の問題が違うところで、同じピラミッド型の連携の図では、答えは出ない。しかし、地域には同じように育った専門家がたくさんいるわけだから、その人達を目的によってうまく組み合わせることが大事だ」という私の話をじっと聞いてくれた背の高い素敵な男性がいました。私の講演が終わると、彼が戸口で待っていました。そして、「私は食育の担当ですが、是非相談に乗ってほしい」と言われました。結果、私は食育計画の委員会の委員長をさせていただき、それで出来上がった図がこれです。これは幻ではなく、愛知県K市作成です。

小さくて見えないかもしれませんが、市の花であるチューリップの中に、色々な部署やグループの名前がたくさん書いてあります。そして、ここには隙間がたくさんあります。なぜかというと、ここに私達が知らないグループや組織の名前を書き込むためです。真ん中には赤い所を、わざと残してあります。

私が言いたいことは、連携にはモデルがあるのではなく、課題に合わせて、可能性のあるものがうまく組んでいくことが大切だということです。先ほどの報告の中で、マネージする役割という言葉を使ったグループがありましたが、まさにそれを組み立てたり、マネージしたりすることを、行政や大きな組織だけではなく、先ほどの市民や、赤い輪の中の人達も一緒にするというのです。

今、認知症の人達からは、認知症のことを専門家だけで決めないでほしい、自分達の意見も聞いてほしいという声が全国で上がっています。それはとても素晴らしいと思います。食育も同じことです。全ての人が生きている限り関わっている食育について、発言する場をどう作っていくかということが大切なことです。

しかし、地域の「食の循環」の中での自分の役割を理解していない、遠慮して出てこない関係者も少なくありません。これは埼玉県S市の事例です。各組織はそれぞれに、活発な活動をしています。横のつながりが生まれなことを、当時の保健所部長（管理栄養士）が悩んでいました。ある時に、食品衛生管理の研修会の時間を借りて、S食育ネットワークの会という仮称で、保健所管内の食の関係者、皆に参加を呼び掛けました。

地域の「食の循環図」の中に、参加者各自が勤務場所にシールを貼ります。この地域の食の営み全体の中のどこにいるかということを確認して、自己紹介するという工夫でした。これを見ると、左側の、色々な教育機関や病院の人は集まってきたけれど、右側の農業生産や、食品加工、流通に関係する人達が少なく、おそば屋さんのオーナーのおじいさんが1人来てくれただけでした。彼が1人で、あまりにも場違いだと帰ってしまいそうになるほど、分布は偏っていました。

地域全体の食の循環をうまく回すためには、左右両方の分野の人々の協働が必要です。

そこで、私達はもうひと工夫しました。当時の人気番組の「プロポーズ大作戦」という番組からヒントを得て、ここに書いてあるようなワークシートを作り、参加者に、このワークシートに書いたことを含めて自己紹介するようお願いしました。

自分達はどこから来たのか、どのようなことをしているのか、このような活動をして、それをさらに高め広めていくために地域の食に関わる方との連携が必要なので、誰かに協力、連携してほしい。一番協力してほしい団体の名前を、外食産業、ファストフードなどと書いてもらいました。びっくりしたことは、左の参加者の約7割は、食品流通関係の協力が欲しいと記載したことです。

おそば屋の主人は病院、学校、福祉施設、消費者グループ等から「協働したい」というプロポーズを受け、食品流通・販売分野の食育における必要性を知らされて、中座できずに、最後まで話し合いに参加されました。

S食育ネットワークの世話役になってもいいという人も現れ、その日に会は成立したのです。そして、初めは、毎月1回あるいは2カ月に1回という頻度でメンバーの活動の場所を会場にし、具体的な食活動や課題を共有する形で、続いていました。今は少し休命中ですが、このとき、フードシステムと情報発信システムはメールなどで連絡を取りながら連携ができるようになり、これが手の届かなかったところに少し情報が行き届くようなきっかけになりました。

次は、高齢者バージョンです。地域の食の循環の図としては、第3次食育推進基本計画の図が、今は全国どこにでもあります。しかし、自分がその中のどこにいるかということを知っている人は意外と少ないです。すなわち、行政で出した図は、役所でもらった図、学校の研究会でもらった図ということで、自分がその中に位置付いていない。自分の位置が示されている図ではないわけです。私はそこに、食育が全ての人に行き届かないもう一つの理由があるように思います。

これは高齢者が自分の生きがいに向かって、専門家の人と一緒に話し合いながら学習するためのワークシートの1ページです。現地調査の結果を描き込んだ「私の住んでいる地域の食の循環図」といえます。さらに、右の図は自分が日常的に食物を入手する場所や小情報を得る場所を結んでいますので、「自分にとっての食の循環図」になっています。本当は行きたいけれど、行けない所にはハート印を付けて点線で結んでいいことにしました。そうすると、たくさんの線を書く人が出てきました。

その作業をしながら、あるお年寄りも、「スーパーマーケットというのはあまり行かない方がいいと思ったから、さっきは行かないと書いたけれど、本当は大事な所だったから2本の線にする」など独り言を言いながら図を書き直していました。公的な、一般的な資料を人々が活用できる資料にする工夫が必要です。具体的な課題発見や確認ができ、具体的な支援や具体的な連携の方法を検討する基本情報につながります。

「食の循環」をとらえることの重要性は理解できるが、難しい。子供達には特に難しい、という人が少なくありません。しかし、現実の食育の中で、子供達こそ食の全体俯瞰・俯瞰統合的な観方に興味を持ち、得意な場面を多く見てきました。発達段階に応じた教材を共有することの必要性と学習可能性を強調したいと思います。

1枚目は東京都の食育推進で都内全小学生に配布した副読本の初めのページです。私が策定委員長で提案し、目次の代わりに、「食の循環図」を描き、該当するページ数を入れました。子供達は読みたいページを探したりします。2枚目は、2003年から継続研究と実践をしている、一般財団法人東京水産振興会の「さかな丸ごと食育」の主教材、「さかな丸ごと探検ノート」の初めのページです。子供達が自分達の地域の条件で部分修正をしたり、特定の魚を取り上げて、その魚の事例で「食の循環図」を描き直す学習をしたりしています。連携を具体的に、全体の中で学んで行きます。

このテキストをいかに自分と関わりを持たせながら使っていくかという例が、ここにあります。先ほどの図を引き伸ばして壁に貼り、子供達には、知っている魚の名前と出会った場所にシールを貼ってもらうというワークをしました。そうすると、子供達はこれほどシールを貼りました。カツオ、お刺し身など、魚は、自分が食べたものでも、話を聞いたものでも何でもいいです。

これは17人で行ったワークでしたが、216枚もシールが貼られました。そして、こうしてこの図が貼ってあると、家に帰ってから出会った魚を思い出した子が、またそこに来てシールを追加したりするので、そうすると、その図は単なる1枚の図ではなく、自分としっかり関わった世界に1枚だけの図になります。

これは、宮城県の東日本大震災で大打撃を受けた南三陸町の漁協の方々と一緒に、宮城学院女子大学の平本研究室ゼミの学生達が、現地の小学生達と一緒に、自分達で銀ジャケの冊子を作ったという例です。

皆さんはもうお気付きだと思いますが、連携をするためには、実際に食についての問題を持ち、行動を変えていかなければいけない生活者の人達と、それを専門家として支える人達が共有できるテキストが必要です。教材とは、学習者と支援者との間にあって、学習目的を達成できるように構成された文化財である、とされています。

それは、決して分かっている人が分からない人に教えてあげるためのテキストではありません。本当の教材は、両者の間にあり、両方が発言し合ったり、工夫し合うことを直接つなげて、もっといいアイデアを出したり、解決策ができたり、行動や評価ができるための間を取り持つ文化財なのです。つまり、連携には、お互いが共有できる有効な教材が必要なのです。

このパワーポイントは、多様な食・栄養ニーズの住民・子供達と共有できる考え方・教材の要件を整理したものです。学習者側の期待は、興味が湧いてくる、理解し易い、実行し易い、ストレスが少なく継続できる、家族や仲間に伝え易い等があげられます。これらのニーズを叶えるキーポイントとして整理すると、右側に示すように、楽しい、変化したい行動に直接役立つ、効果が分かり易い、生きがいにつながる、環境や地域づくりに役立つこと。一方、マイペースで学習できる、誰とでも交流し易い等になります。最下段に書いた科学的根拠の必要性は厳しく、植物が直接体内に入り、生命活動に関わるので、間違いが許されないことを示しています。

最後に、連携で共有する「教材」の制作も編集や出版を含む他分野の専門家とのゆるやかな連携の一環であることを紹介したいと思います。

今、食育の行動目標や評価指標として全国的に活用されている「主食・主菜・副菜を組み合わせる食事」についての食育教材を例にいたします。

食育の基本的な課題の一つ、人々は健康で人間らしい生活を営むために「何をどれだけ食べたらよいか」について、従来は栄養学等の研究成果を基に、栄養素の選択方法を指南する「食事摂取基準」や食料の選択方法を指南する「食品群や食品構成」を学んできました。しかし、栄養素は体内や食品の内部に存在するので、人々の行動変容に直接使うことができない。食材料は買い物や調理をする人は活用はできるが、外食や中食が多い人には使えないことなどから、全ての人が食事で選択する食物の形態である「料理」の選択法の研究開発が行われました。日本の食文化で育まれた知恵の一つである「主食と主菜と副菜を組み合わせる」食事法が、食事摂取基準や食品群による選択法との整合性が高いことを示した図です。さらに、「どれだけ食べたらよいか」に対応する方法として、食生態学を基礎にする研究成果である「3・1・2弁当箱法」を提案し、これも全国的に活用されています。パワーポイントはこの食材教材として1985年から作成してきた「食育カレンダー」、次のパワーポイントはその英語版です。

次に、この「食育カレンダー」を制作し、食育活動に活用するプロセスをフォローし、各段階での具体的な連携の状況を書きだしてみました。食育のゴールを目指して、ゆるやかな連携のネットワークがすすめられていること、このことなしに、一人残らずの人々に行き届くような食育はなしえないことを再認識する次第です。

○中村氏： 足立先生、ありがとうございました。では、事例発表をいただきました3名の皆様、今一度ご登壇ください。

ここで、会場の皆様から、事例発表者、そして講演に関するご質問があれば受け付けてくださるとお聞きしています。どなたかご質問はありますか。マイクを持って行きます。足立先生、3名の事例発表をお聞きいただきましたが、もし何かあれば、一言ずつお願いいたします。

○足立氏： 会場からは質問はありませんか。困っている人はたくさんいると思います。では、計画通りに、全ての人を実行につながる食育ができていますか？そうではないと思います。多分、皆さんも同じ悩みを持っていると思います。今日の発表者の方々も、同じ悩みを抱え、乗り越えてきたと思います。もう少し行き届いた連携のためにやってみたいことや、やろうとしていること、そしてまだできないことなど、一言ずつお願いします。

○千葉氏： 霧島食育研究会です。私達は、責任を持って自分の地域の食育を計画作りからしていきたいと思っています。私達は、やる人が考える食育の大切を感じています。やらない人が作る計画は、それがどれほど立派で、綺麗で、体裁が良くても、実際にそこで生活をする人を説得することはできません。やる人が作る計画は見てくれが悪くても、そこに来ている人を納得させることができ、計画を実行する人、そこに暮らす人の責任が生まれてくると思います。これからも責任を持って、霧島の食の大切さを伝えていきたいと思っています。

○足立氏： 少し具体的に話してくれませんか。

○千葉氏： 連携ももちろん大切ですが、自分達がしたい食育は何なのかということ、実際に形に示しながら、そこに一定の時期、目的を同じくする方々、地域と連携していきたいと思っています。

○足立氏： 困っていることや課題が具体的であれば、あまり大きな連携からではなく、小さな連携からでいいと思います。多分霧島さんでは、既にたくさんユニットができていますので、どのような組み合わせもできます。そして、色々なタイプの多様な連携が出てくれば、そこでお互いに情報交換ができると思います。多分、それはもっていると思いますが、それを見える化していくといいと思います。では、次の人、お願いします。

○本田氏： 連携を推進する上で、私達の具体的な課題は、やはり今の大学生の食生活が非常に乱れているということです。昨年、3日間の食事内容を学生にアンケートしたところ、やはりとても偏った食生活をしていました。例えば、朝食は3日間とも何も食べずに、昼食は毎日研究室にあるカップ麺を食べ、夕飯は居酒屋のおつまみという食生活をしている子達が、本当にたくさんいることにとっても驚きました。

私が学生のときも、大した食生活は送っていませんでしたが、そのような大学生の食生活を、地域の方々と連携しながら改善していきたいと思っています。

○足立氏： 若い人だけではなく、高齢者の人達や、色々な世代の人達が、かなり厳しい食生活を送っています。その人達と一緒に、実践の輪の中に入ることができるかというところが問題です。小さい子供もそうですが、教えてもらっているときはあまり熱心でなくても、発信する立場になると、一生懸命になって発言も変わってきます。先ほどからの活動のように、学生が発信側に立てるように、もう少し丁寧に現状認識することも必要だと思います。「お兄ちゃんはどうしているの」と子供達に聞かれ、「きちんと主食、主菜、副菜を食べているよ」と答えたら、その子は次の日から実行していたという事例もあります。少し作戦も必要だと思いました。

○市原氏： いばらきコープです。足立先生のお話の中で、課題に合わせて取り組み方が違う、必要に応じて組み立てていくことが大切だという話や、役に立たないと駄目だという言葉がとても印象的でした。

私達が報告した、ほべたん食堂も、これまで5、6カ所と協議をしてきましたが、地域や住民によって、進む方向や思いはそれぞれ違いました。子供の貧困に特化すべきだということもあれば、自治会内だけでほしいという方もいました。地域の共食づくりから私達が学んだことは、それぞれの皆さんのペースや思いに寄り添ってコーディネートしていくことが大切だということです。私達の頭をもっとフレキシブルにして、共有、共感し、この食育活動を進めていくことが大切だと感じています。そのように、これからも活動を続けていきたいと思っています。

○足立氏： 終わってしまいましたが、いいですか。

○中村氏： 恥ずかしがり屋さんが多いようです。

○足立氏： 今の話を伺って、連携というのは作ってもらうものではなく、一人一人がつくり出していくものだと感じました。ですから、連携をつくる力を育てていくという発想も、第3次食育推進計画の中では大事だと思いました。

今、求められている「人づくり」はこうしたことについて、「食育の輪」・「実践の輪」を全体俯瞰し、関係者がそれぞれの「個性や実力」を発揮しあい、楽しくすすめる人が育つことです。とりわけ、次世代のキーパーソンになる「若い世代」は、健康づくりの点からも「ライフリンク」のキーポイントを担っているので、既に「環」のかけがえのない人々です。

どうもありがとうございました。

○中村氏： ありがとうございました。今一度、登壇者の皆様、足立先生に、大きな拍手をお送りください。どうぞ着席ください。一人一人が発信していく、そして、これを自覚していくことが本当に大切だと思いました。これをもちまして、食育シンポジウム2部、『連携と人づくり、食育の推進事例から考える』を終了させていただきます。長時間にわたりお付き合いくださいまして、ありがとうございます。最後にもお願いですが、アンケートをお配りしていますので、お帰りの際には回収箱にお入れください。また、会場周辺のブースは、この後5時まで多彩な催しを行っています。食に関するイベント、展示ブースもご紹介します。明日は午前10時から、岡山コンベンションセンター、そしてジップアリーナ岡山でも開催されますので、是非様々なブースをのぞいていただければと思います。それでは、お忘れ物などごさいませんよう、お気を付けてお帰りください。本当にありがとうございました。