

令和 5 年度

《みんなで一緒に考える食育ワークショップ》(概要)

テーマ:「いま、若者に気づいてほしいこと

～食と農から考えるキミたちの10年後～」

日時: 令和5年11月3日(金曜日・祝日) 13時30分～16時10分

場所: 鹿児島大学農学部101講義室(鹿児島市)

【講師】

講話・解説: チーム「食卓の向こう側」元(株)西日本新聞社 編集委員 佐藤 弘 氏

落語: 食育落語家 福々亭 金太郎 氏

--- 主催者代表挨拶 松本消費・安全部長 ---



本ワークショップは、5回目の開催となります。今回は、鹿児島大学農学部の井倉准教授のお誘いにより、多くの若い方々や一般参加の方々に食について考えていただく機会となったことを、大変嬉しく思います。

ヒトが生きるに当たり、「食」は欠かせないもので、食育とは生涯にわたって健全な心と体をつくり、豊かな人間性を育んでいくことを目指す取組であると考えています。

また、食は、地球レベルでも重要な課題で、食の源である農業は地球環境に大きく左右されま

す。このため、農林水産省では、環境に配慮した農業生産の推進やフードロスの削減など生産から流通・消費にまで渡る「みどりの食料システム戦略」の取組を進めています。

本日の食育ワークショップが、参加者の皆さんにとって、身近な食についての再認識や我が国の農業生産に関心を持つ良いきっかけになることを期待しております。

--- プロローグ: 佐藤氏 ---

まず、班の中で全員と握手をして自己紹介をしてください。内容は名前と所属、「思い出の食べ物とその理由」をテーマに話してみましょう。

今日のポイントは2つ 「いろんな立場で考える」「いろんな人の意見を聞く」



## ◆◆問題提起 1「陽子の食生活～若者の食生活の実態」◆◆



### --- 金太郎氏 --- 落語

東京出張の父親が、東京で一人暮らしの娘（陽子）の様子をついでに見てきた。

娘の荒廃した暮らしぶりを聞いた母親はショックを覚える。

しかもタバコを吸っていた・・・

### --- 佐藤氏 ---

今からお見せするのは、長崎大学の中村修先生が、長崎県内の学生を対象に、6日間の食事を記録した調査(2003年6月～7月)です。

300枚の調査票の中から、①1人暮らしの女子学生②実家から通う女子学生③1人暮らしの男子学生の食事を見てもらいましょう。

例えば、朝 ご飯なし、昼 ベビースターラーメン、夜 焼きめし・・・ジュース・・・夜 居酒屋 etc.

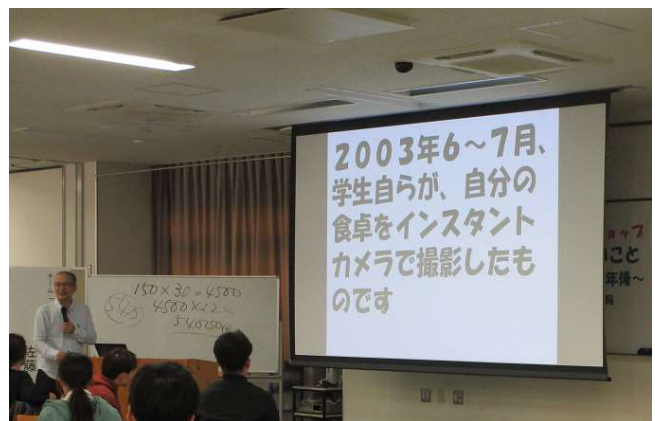
300枚の調査票の7割から8割がこんな感じでした。

これを見た方から、「これは長崎の特別な事例じゃないか。」と言われたことがあります。でも、それに対しては、明確にNOと言えます。

コンビニは、自分が売りたい商品ではなく、お客が求める商品を置くんです。その品揃えが、長崎も北海道も東京も沖縄も、日本全国みな同じということは、こと食に関して長崎で起きていることは、日本全国で起きていると考えるべきです。

「2003年？ データが古いよ。」そういう人のために、私が手に入れた最新のデータもお見せしましょう。

大して変わらないでしょ。このデータをとられた福岡の大学の先生は、「20年前より、最近の方がもっと悪くなっている。」と言われていました。



●若者たちの食生活を見て、どこがおかしいと思いましたか？（話し合い）



《会場の意見》

- ・欠食が目立つ
- ・甘い物が多い
- ・油が多い
- ・野菜が少ない
- ・単品が多い
- ・量が少ない
- ・食事のリズムが悪い
- ・コンビニ食が多い
- ・同じもののばかり食べる
- ・ご飯（米）を食べていない

●なぜ、こんな食生活になるのでしょうか？

（話し合い）

《会場の意見》

- ・楽だから
- ・片付けが面倒くさい
- ・コンビニと結婚している
- ・調理器具を持っていない
- ・調理の習慣がない



--- 佐藤氏 ---

今日は出ませんでした、「お金がない」というのだけは間違いです。

ペットボトルのお茶1本150円として、1か月飲めば4,500円、年間では54,000円、10年で540,000円になります。対して1kg 400円のお米、茶わん一杯でいくらくらと思いますか。山盛りで30円です。光熱費入れて40円。これに、納豆やみそ汁を食べれば、1食100円でこと足りるんですよ。

◆◆問題提起 2 「なぜ、朝食をとるべきなのか」◆◆

--- 金太郎氏 --- 落語

ひなさん（小学生）の授業参観後、担任の先生に詰め寄り、1日2食主義を主張する母親。担任が朝食の大切さを説くが、逆に1日2食のメリットを説明され、全く聞こうとしない・・・





--- 佐藤氏 ---



体の出来上がっている大人なら、1日2食だろうが、好きにすればいいと私は思います。ただし、成長途上にある子どもは別。母親の母乳はなぜ、3時間ごとに湧き出るのか。それは、赤ちゃんの体の中に栄養が蓄えられていないから。乳児の一食、幼児の一食、小学生の一食、中学生の一食・・・一食の重みは、大人とは全く違うんです。

水俣病の話をしてします。水俣病が公式発見されたのは、1956年。肥料工場が有機水銀の含まれる廃液を、そのまま海に流したことで生物濃縮がおき、脳性麻痺など、様々な病気を発症する人が続出したという事件です。半世紀以上経ちましたが、裁判は、まだ終わっていませんし、苦しんでいる人たちが、まだ、たくさんいらっしゃいます。

●汚染物質は魚ですが、それを食べたのに、症状が軽かった人は誰でしょうか？

- ① 伝統食を食べていたおじいちゃんやおばあちゃん
- ② 体力が有り余っている20代の若者
- ③ 細胞がどんどん入れ替わっている幼児
- ④ その他

答えは、④、妊婦さんです。

そのかわり、お腹の中にいた赤ちゃんが胎児性水俣病になりました。水俣では、そうした赤ちゃんを「宝子」と呼びます。

成人は、37兆個もの細胞でできていますが、まだ細胞数の少ない胎児は、1つの細胞でも受ける影響が大きくなります。

60年前の「サリドマイド事件」。日本では、催奇性のある睡眠薬を3年間規制するのが遅れた結果、妊娠初期の人が使用した時にだけ、その赤ちゃんに障害がでました。

人は、どうして歴史を勉強するのですか。それは、過去の失敗や過ちから学ぶためでしょう。

だとするなら私たちは、戦争について勉強したように、一度壊したら取り戻すのが非常に難しいもの、身体のことについては、きちんと伝えていく必要があるんじゃないですか。

食生活の流れは明らかに悪くなっています。その流れを止めるのは？ 対抗する手段は〇〇しかない！ 〇〇は？ 教育です。

◆◆ 食と農に関する考察 ◆◆

--- 佐藤氏 ---

「いま、日本の農業は曲がり角に来ている」こんな言葉聞いたことありませんか？農業を考える上で欠

けている視点をお話します。今、農林水産省が「みどりの食料システム戦略」とか「化学肥料・農薬を減らそう」という取組をされていますが、農業を考える上で欠けている視点をお話します。

●ある小学校の給食室。残食が多くて困っています。あなたは栄養士。さて、残食を減らすため何をしますか？（話し合い）

《会場の意見》

- ・クラス対抗残食少なかった大会
- ・生産者の気持ちを聞く機会を授業で作る
- ・おいしくする

--- 佐藤氏 ---

残念だけど農業を考える上で、農からだけでは届かない理由は、生産と消費はクルマの両輪だからです。熊本大学の徳野貞雄名誉教授が「福岡市民の食生活に関するアンケート」によって作られた図を見てください。縦軸が

「農の価値への理解」、横軸が「お金を払うか否か」で消費者を4つに分類している「消費者の4分類」の図です。右上(農の価値への理解が深く、お金をかける積極型)の5%をいかに増やすかが重要です。

よりよい消費者をいかに増やすか、皆さんの日々の選択がより良き未来をつくる一歩になるんです！！

--- 佐藤氏 ---



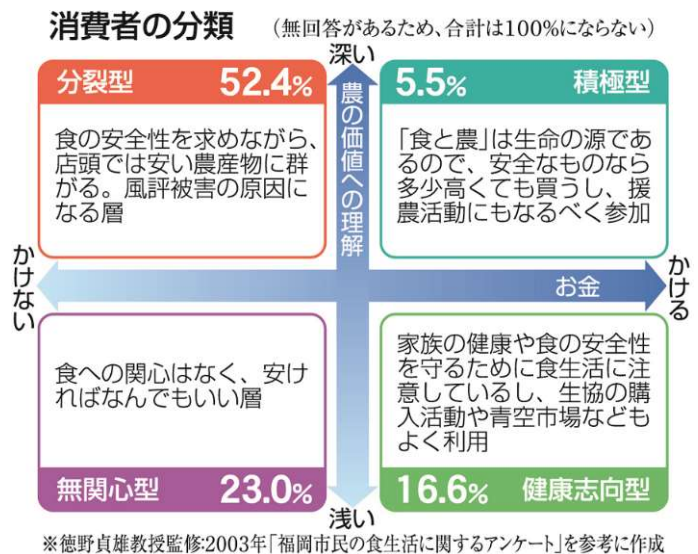
私が高校時代に講話を聞き、感銘を受けた菊池養生園の竹熊宜孝先生の名文句の一つが、「医は食に、食は農に、農は自然に学べ」。ドクターがいくら頑張っても、食および食習慣を改善しないと治らない。では、その食は何から生まれるかというと、それは健全な農から。そして、健全な農は、きれいな水、土、空気、光、などが整って成り立つ。つまり、医、食、農、自然（環境）は、一体的に考えようというのが先生の主張です。

だから、農業をどうにかしようと思ったら、農業のことだけを考えていてはダメではないかと

思っています。対抗する手段は教育しかない、だから食育なんだ。これこそが九州農政局が若者向けにこうしたワークショップを5年間も継続して展開している理由だと私は思っています。

--- 佐藤氏 ---

私から一つ提案しましょう。



2001 年香川県滝宮小学校の竹下和男先生が始めた「弁当の日」です。

決まりは、3つあります。①子どもだけで作る②小学校5・6年生のみ③月1回、年5回です。

この取り組みを、九州大学の学生たちに紹介したら、「自分たちは、小学生に負けている」と言って、「弁当の日」を開始。さらにほかの大学にも呼びかけ、何度もワークショップを開きました。



#### ----- 金太郎氏 --- 落語(「陽子の半歩先宣言」)



乱れた生活習慣が原因で、ある日突然倒れてしまった陽子。入院し、点滴を受けながらうとうとしている。ふと気づくと人の気配が。

陽子の前に突如現れた母親似の女性は、顔色がひどく悪く、さまざまな種類の薬を飲んでいる。タバコを吸いたがり、甘味にも執着。

心配する陽子に対し、お前のせいだとののしる女性。だが、その女性との出会いをきっかけに、少しずつ陽子の意識と行動が変わっていき・・・。

1歩は難しいが半歩先なら踏み出せるという、西日本新聞社「食卓の向こう側」第2部にて紹介された「半歩先宣言」をもとに創作された一席でした。

#### --- 佐藤氏 ---

これまで、あまり望ましくない現実を見てもらいました。確かにキミたちを取り巻く現状はなかなか厳しい。このままだったら、悲惨な未来が見えています。日本の食料自給率が38%しかないのに、日本から農家がいなくなったら、アメリカの地下水が枯渇してしまったら、輸入に頼っている国はどうなるのでしょうか。食料は、足りないところではなく、お金があるところへ行くんです。SDGsも「みどりの食料システム戦略」も、持続可能な社会づくりは、まず自分の足元から考えてみませんか？

医・食・農・環境は一体的に考える、人生は連続ドラマ、それが今回のテーマでした。伝えると伝わるは違う、伝わるかどうかを決めているのは相手です。では、キミたちはいつ気づくとね、答えは今しかないでしょう。決めては「予知能力」です。それは自ら学ぼうと思わないと身につきません。

本日参加して、熱心に意見交換してくださった鹿児島大学の皆さん、一般参加の皆さん、会場スタッフの皆さんに感謝します。どうもありがとうございました。

--- 共催者代表挨拶 鹿児島大学 井倉准教授 ---



皆さん、おつかれさまでした。本ワークショップは、鹿児島大学農学部共催ということで、1年前に佐藤さんと出会って、ここで開催することをお引き受けしました。

今日参加してくれた人は、ラッキーだったと思います。すごく大事なものが伝わったのではないかと思います。それでは、鹿大生の皆さん、鹿児島大学 弁当の日やりましょうか。

佐藤さん、金太郎さん、今日はありがとうございました。