

R3.11.7食育ワークショップ【オンライン一般参加者のアンケート】

ご協力ありがとうございました。

ご感想を漢字2~4文字で表し、その理由も記載してください。

命大事

食を大切にすることが自分のことや命を大切にすることにつながると改めて感じた。

生命

最初の映像から一貫して、いのち、生、性を考えました。食という言葉を入れたい気持ちもありますが、すべてひっくるめて生命。

育てる

未来を担う大学生と社会人リーダー向けの講義とのことだったので。

土水光人

改めて、私たちが生まれた地球にとり、大切なものを教えていただきました。田舎でも町を見渡せばコンクリートで埋め尽くされ、土は息苦しそう。残された自然も人間も薬まみれで弱くなる一方。日本古来の農業を学びたいです。

意識向上

今の自分の食生活の把握・改善をすることによって食に対する日常の意識を高めることの大切さを感じた。

大学生の食育ワークショップということで関心を持ちました。WSの進め方など参考になりました。

「食育大切」

食育基本法ができてこれだけ「食育」が進んできたにも関わらず、食事とは言えないような学生の食事の映像を見て、ある程度覚悟していたのですが、佐藤先生の「食卓の向こう側」の本を初めて読んだ時と同じくらいショックでした。

二人の大学生の子どもを持つ保護者としても、自炊は最初の背中を押すチャンスだと思います。同年代である九大自炊塾の投稿も刺激になっており、時々参考にしているようです。自炊塾をしている若者同志（大学生）が繋がるのもいいのかもしれません。

感謝

理由は人は他から命を頂いて、生かされているから。

驚愕

今どきの大学生の食事を見て驚きました。知識はあるはずなのに、そして食べ物が豊富でいくらでも良いものを選ぶのに、健康からは程遠い食べ方をしてしまうのはなんでだろう？と不思議でした。

生抜

生きるとはどういうことか考えました。生きることは食べること、食べることは生きること。生きるに決めた以上食とは離れられないし、食は自分の人生を決めるものでもあるのだと感じました。単に食べるのが食ではないということを心に留め生き抜いてみようと思いました。

不足

今回のワークショップを受講して私の「食」に関する知識や意識が不足していたことを実感させられたため。

医食同源

今の食事は将来をつくる。将来の自分につながることに気づかせてもらったから。

医食農然

感謝

まず、若い方は自分の体に問題がある人が少ないからこそ、食事などに関心をもたない方が多いです。私も気をつけてはいたけど、腎機能が弱く、今食事に特に気をつけています。病気になってから取り組むのと、未病に防ぐのなら、絶対後者がいいと思います。ですから、このような機会を通して、若い世代から知識を蓄え活用していくことが大事だと思っているので、ありがたいなと思ったからです。

食育

改めて他の視点があることを実感しました。

食育実践

今後の参考にさせていただきますので「次世代を担う若者たちの未来にとって大事なことを、若者に伝わるようにするにはどうしたら良いか」ご意見をお聞かせください。

情報提供をネットやSNSなどで行う。

自身の現実を知って(どのような状態であるか)見つめて、認める。

それから次のステップ。より良いものを知っていく。

自分の将来を描く。夢を持つ。

愚者は経験に学び、賢者は歴史に学ぶ とのことなので、食育を疎かにすると（普段の食事を軽視すると）どうなるか、シミュレーションなどできれば半歩でもいいので変わることができると思う。

浮かんだのは、「お金に翻弄されない人生を！！」

ただ生きていてだけでお金は減る（取られる）お金の生まれるところにウソは付きもの。タダより高い（高くつく）ものはナイ。正しい政治を学ぶこと。50年近く生きてきて、やっとそんなことに気づいたおばさんです。若者よ、気づくなら、、、？今でしょ！！笑

日々積み重ねの「食」が将来どんな影響を及ぼすのか、数値や写真等を使用し視覚で訴えられるものにする。言葉よりも入りやすいように感じる。自分の身体が次世代の身体を作るということを理解してもらおう。

体験・経験しかないかなあと思います。やってみることと、素晴らしいものを見ることだと思います。

非現実的かもしれませんが、学校教育の中で家庭科を重視するような社会になることをずっと望んでいます。あわよくば高校や大学の受験科目の一つに加わるようになれば「食」への意識も相当変わるように思います。

素直な3歳頃から命の大切さと栄養素を食事に変える調理方法を教えてください。

昔は、食べ残してはいけないとか、よく噛んで食べるとか、大人が食に口うるさく介入していて、今思えば、それが食習慣の形成に役立った面もあるかと思います。今の若者が親しんでいる媒体（ゲームとかSNSとか）を活用するとか、家庭科を入試の必須科目にするとか、昼食をバランスよく食べたら単位を与えるととか、ある程度強引な方法を試してみるのも手かかと思っています。

若者同士、若者中心となって気軽に考えたり議論したりできる場や雰囲気を取り入れる。

私自身の若い時の経験（主に失敗談）を踏まえて伝えるように心がける。食育で例えると、若い内にもっとしっかり一日3食キチンと食事を採りカラダを作っておかないと、栄養失調や病気がちになるなどのデメリットを伝え、「食育」の意識を植え付ける。

助産師さんの言葉

あの言葉を小学校高学年くらいからくり返し伝える。

日頃の実践力を身につけるための工夫を若者自身に提案してもらう。

まず、同じくらいの世代の方の例を提示することにより、自分にも可能性があることを示すことは大事だなと思います。また、これからの時代は自分で選んで行動する時代だと思うので、こういう学びの時に、SNSで呼びかけたり、短い漫画で表すとわかりやすいと思います。

無関心層へのアプローチが重要ですので、正攻法ではない、若者が興味があるところから関心を引き出す必要があると感じています。

頭では理解していることを実践することが難しい。実践できるまで「伝わる」ように「伝える」を続けること。

その他の感想やご意見はこちらに記載してください。

久留米大の学生の意識の高さに感心しました。

継続的に食卓の向こう側を見据えた講義など受けたいので今後もこのような機会があれば受けたい。

金太郎さんの落語を博多弁で聴いてみたいです。

ブレイクアウトルームでは進行や内容の把握が難しかったのか、2回とも全員画面オフ、ミュートのままだった。事前に進行役や内容がわかっているとスムーズだったのかもしれないと感じた。

大学生へのオンライン&リアル食育がどのように展開されるかの事例が学べて良かったです。ありがとうございました。佐藤氏のお話は分かりやすく、落語を交えるというのが素敵でした。ありがとうございました。

久しぶりに佐藤先生の元気な話が聞けて大変うれしかったです。

これからの取り組みも楽しみにしています。

大学生の食事驚きました。

食育の対象は、どうしても妊娠出産を経験する女性に偏りがちですが、若い男性にも痩せ願望があったり、30代以降は肥満が増えたりと課題は多いので、男性が興味を持つような食育セミナーがあったらいいなと思いました。

グループ単位で話す時間をもう少しとれたら良かったと思います。

前もって何分与えられたのかわからず中途半端になってしまいました。

オンラインで参加できるのはコロナ禍での副産物です。

大学生の皆さんと交流でき、楽しい時間を過ごす事ができました。

ありがとうございました。

ブレイクアウトセッションの進行役を決めておくによりスムーズ。

感想を漢字2～4文字や若者に伝わるようには等、アンケートの内容が難しいです。

授業の一環として受講している学生にはこのアンケート内容で良いかと思いますが、一般で受講している社会人にとっては、難しい内容では回収率の低下が懸念されます。このような質問項目を入れるのでしたら、必須でないほうが答えやすいです。