

2. ちばの食育推進の重点施策

親から子へつなぐ^{いのち}生命

《施策の方向》

食は人生初めての冒険です。噛むことから好奇心を育てる授乳・離乳期からの食育を推進します。

保育所・幼稚園は、乳幼児が人との関わりの中で基本的な生活習慣を身につける場所です。噛むことを通じて、こころと身体をいきいきと保つ食育を推進します。

生活習慣病の予防はバランスの取れた食生活から、「脱！メタボ」を推進するため食から始まる健康づくりを推進します。

家庭は「食を楽しみ育む場」です。家族で食卓を囲み、食の楽しさを伝える食育を推進します。

重点施策項目

- 施策 -1 噛むことから始める乳幼児期からの食育の推進
- 施策 -2 保育所・幼稚園での食育の推進
- 施策 -3 県民一人ひとりの生涯にわたる健康づくり
- 施策 -4 家庭における食育の推進

《個別施策項目》

噛むことから始める乳幼児期からの食育の推進(第3章 P89～P91 参照)

施策 -1：噛むことから始める乳幼児期からの食育の推進

- ・噛む力、飲み込む力の育成
- ・乳幼児期からの食育の推進

保育所・幼稚園での食育の推進(第3章 P91～P92 参照)

施策 -2：保育所・幼稚園での食育の推進

県民一人ひとりの生涯にわたる健康づくり(第3章 P92～P97 参照)

施策 -3：県民一人ひとりの生涯にわたる健康づくり

- ・健康ちば21の推進
- ・健康県ちば宣言プロジェクトの推進
- ・一人ひとりに応じた健康づくりの推進
- ・食からはじまる健康づくりの推進
- ・8020運動の推進

家庭における食育の推進(第3章 P98～P101 参照)

施策 -4：家庭における食育の推進

- ・親から子へ伝える食育の推進

- ・家庭教育支援の中での食育の推進
- ・県の間連計画と連携した家庭への支援
- ・家族みんなで創る食卓
- ・家庭における安全な食生活の確保

コラム5

「食文化の伝承と食育のすすめ」

講演者：服部津貴子(服部栄養料理研究会会長)

講演日等：平成18年10月31日：海匝地域「食育シンポジウム」

食育の三本柱

「バランスのとれた健康的な食生活を実践する能力を身につける」

食品が安全か、危険かを見極める力の養成、おいしい料理と環境整備が健康を創る、手作り料理を増やす。

「幼い頃から躰やマナーを身につける」

食べ方や箸・ナイフの使い方の指導、食べ物の好き嫌いをなくす方法の検討、“いただきます”“ごちそうさま”の習慣。

「環境問題や食糧問題を考える」

農業・漁業・酪農や人口問題を考える力の育成、リサイクル・ムダや残飯をなくす習慣、エネルギー問題に目を向ける意識。

「ちば」の農林水産業マメ知識



-カロテンが多くおいしいトマト「ちばさんさん」

千葉県の出荷額（H18）は全国第4位です。健康志向の高まりから、食味が良く、-カロテンやビタミンCが豊富で、美肌効果が期待できるオレンジ色の中玉トマト「ちばさんさん」を10年かけて育成しました。今後、市場に登場します。（収穫期は、2月下旬から7月）



人から人へつなぐ文化

《施策の方向》

学校においては、生涯にわたり、健康な心身を培うために、食を楽しむ、味わい、生活リズムを身につけ食生活や健康について、自ら考え、理解し、行動できる「いきいきちばっ子*」を育てます。また、学校給食を活用した千産千消を推進し、ふるさと「ちば」の理解と豊かな心を育みます。

人との触れあいや食に関わる様々な体験や食育を通じて、「食への感謝」や「もったいない」と感じる豊かな心を育み、「農業への理解」や「命の大切さ」を学ぶ取組を推進します。

「地域の食・ちばの食・日本の食・世界の食」のつながりを見据えたグローバルな視点と郷土の食文化を大切にし、ふるさと「ちば」を再認識・再発見する郷土意識を育む取組を推進します。

重点施策項目

- 施策 -1 学校における食育の指導体制と指導内容の充実
- 施策 -2 学校給食を活用した食育の充実と千産千消の推進
- 施策 -3 生産者との触れあいや都市と農山漁村の顔の見える交流の促進と体験を通じて食を学ぶ取組の推進
- 施策 -4 地域の優れた食文化や食習慣の継承

《個別施策項目》

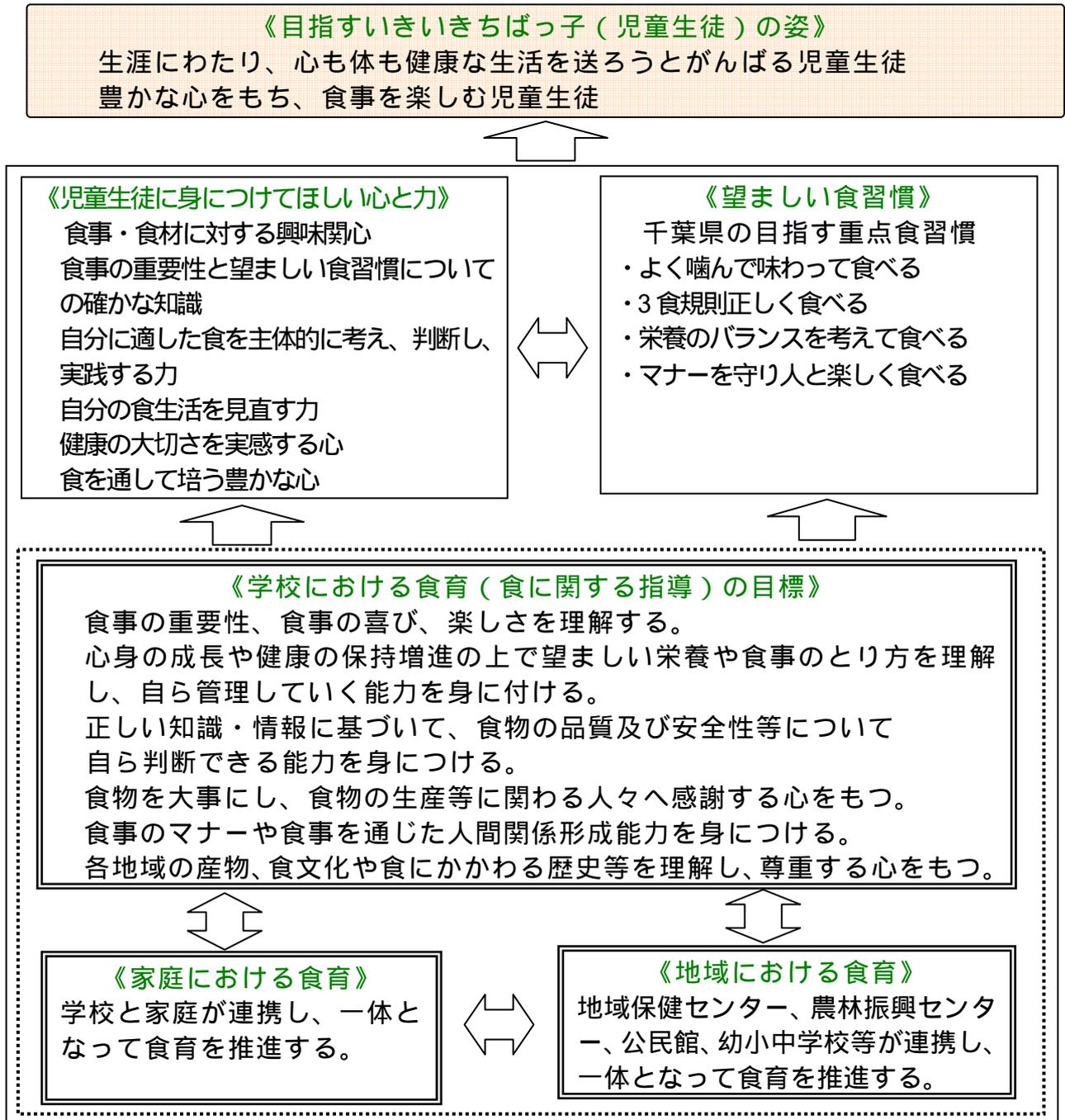
学校における食育の指導体制と指導内容の充実

(第3章 P106～P112 参照)

《いきいきちばっ子の育成（学校における食育）》

生涯にわたり心身ともに健康な生活を送るためには、学習したことが実際の行動に結びつき、望ましい食習慣を身につけることが必要です。そのため、ただ単に食に関する知識を教えるのではなく、問題解決的な学習を通し、「生涯、自らの健康を管理することができるための基礎となる力」を身につけることが重要です。

そこで、本県では、次のように「学校における食育の目標」と生涯、自らの健康を管理することができるための基礎となる「児童生徒に身につけてほしい心と力」を設定しました。



【学校における食育（食に関する指導）の場面】
学校における食育は、給食の時間はもとより、各教科や道徳、総合的な学習の時間といった学校教育活動全体を通して指導します。

【望ましい食習慣について】
健康を育むために必要な食習慣を「望ましい食習慣」と考え、特に、本県の食育では4つの食習慣を重点内容に設定しました。

【児童生徒に身につけてほしい心と力】
学校における食育、家庭における食育、地域における食育等全ての場面での食育を通じて、「感謝の気持ちなどの豊かな心と、生涯、自らの健康を管理することができるための基礎となる力」を培うよう指導します。

施策 -1：学校における食育の指導体制と指導内容の充実

- ・効果的な学習のための学習資料の作成
(食育学習ノート「いきいきちばっ子」の活用、「ちば・ふるさとの学び」テキストの活用、いきいきちばっ子健康・体力づくりモデルプランの活用)
- ・食に関する指導の全体計画の作成の推進
- ・食の専門家である栄養教諭・学校栄養職員と教職員が連携した食育の推進
- ・地域とともに歩む学校づくりの推進
- ・学校・家庭・地域が連携した取組の推進
- ・体験活動を取り入れた学習による効果的な食育の推進
- ・一人ひとりに応じた、きめ細やかな健康相談や指導の推進
- ・研究校の指定を通じた効果的な食育の推進
- ・生産者団体等と連携した効果的な食育の推進
- ・学校から発信する家庭教育支援における食育の推進
- ・県内 1000 か所ミニ集会による食育の推進
- ・通学合宿における生活体験を通じた食育の推進
- ・特別支援学校における取組
- ・高等学校における取組
- ・学校歯科保健活動における食育

君たちの 未来を創る 食生活

広げよう！ちばの食育 「食育啓発標語」入選作品から

学校給食を活用した食育の充実と千産千消の推進

(第3章 P112～P114 参照)

施策 -2：学校給食を活用した食育の充実と千産千消の推進

- ・学校給食を生きた教材として活用した食育の充実
- ・保護者への啓発
- ・学校給食における地場産物の活用
- ・日本型食生活の推進の観点からの米飯給食の促進
- ・千産千消デーの設定
- ・学校給食用牛乳を活用した食育

生産者との触れあいや都市と農山漁村の顔の見える交流の促進と体験を通じて食を学ぶ取組の推進(第3章 P114～P116 参照)

施策 -3：生産者との触れあいや都市と農山漁村の顔の見える交流の促進と体験を通じて食を学ぶ取組の推進

- ・教育ファーム等の取組の推進
- ・農林漁業者等が行う活動への支援
- ・直売所や既存の施設等を活用した活動の推進
- ・農林漁業の担い手の育成

地域の優れた食文化や食習慣の継承(第3章 P116～P117 参照)

施策 -4：地域の優れた食文化や食習慣の継承

- ・地域の食文化に関する食育
- ・「ふさの国 今昔」を活用した食育
- ・「ちば・ふるさとの学び」テキストを活用した食育
- ・ホームページ等を活用した情報発信
- ・関係団体等と連携した普及啓発の推進

コラム 6

「食から千葉を知る」

講演者：明石要一（千葉大学教育学部教授）

講演日等：平成 19 年 1 月 24 日：ちばの食育 2006

小学生の食事調査を行ったところ、朝ごはんにはバナナ 1 本やクッキー 1 つ、また、食べてこないという子もいた。朝ごはんをしっかりと食べる子は、生活リズムができています。家庭環境を整えて、朝ごはんをしっかりとるようにしてほしい。

最近、景色とグルメで人が動くようになっている。千葉県は、花であれ、魚であれ、農産物であれ、日本一の生産量というものが多い。このことをいかして、千葉県に人が来てくれるような取組ができたと思う。

「食」と「言葉」はその地域を表すものだと思う。千葉大には、全国から学生が集まるが、関西と名古屋の学生は、方言を使い続ける。彼らは、自分の地域の方言に自信を持っているのだと思う。食育に取り組むにあたっては、使い続けられる方言のようにその地域の人が誇りに思えるよう、地域の特性を積極的に出すことが大切。

家庭で食卓を囲み、会話をしながらする食事は、食事のマナーや食文化を学ぶと同時に、コミュニケーション能力を育てる。親子の絆、家族の絆を深める上でも一家団欒の景色が増えてほしいと思う。家庭だけでなく、「食」を介して、地域の方や親戚の方などの力も借りて、子どもたちを育成していくことが食育の推進にもつながると思う。

「ちば」の農林水産業マメ知識



千葉県期待の新品種「ふさこがね」

千葉県は、関東地方で一番早く、8月半ばからお米の収穫が始まる早場米（はやばまい）の産地です。

ふるさと房総の「ふさ」と「黄金色でたわわに実る」様子をイメージした「こがね」を組み合わせた、「ふさこがね」という品種のお米を県が育成し、デビュー3年目を迎えました。

粒が大きく、ふっくらと炊きあがり、ご飯につやがあり、冷めてもおいしく、もちもち感があるのが特徴です。

県内の多くの小中学校の給食で食べられています。



ふさこがねイメージキャラクター

コラム7 「なぜ食育」食農教育のヒント～次代を担う子どもたちに伝えたいこと～

講演者：榊田みどり（農政ジャーナリスト）

講演日等：平成18年8月9日：長生地域食育フォーラム

日本の食構造の変化が国内農業を圧迫している現状

- ・日本人が食にかけるお金のうち国内農林業に振り分けられる支出はわずかである。国内の生鮮野菜流通量は、家庭向け需要を業務用需要が追い越している。
- ・頭では、「国産指向」であっても現実的には「輸入食材依存」が拡大している。
- ・若いパパ・ママ世代の食の価値観と食生活は、「つくるもの」から「買うもの」へシフトしている。

食と農をつなぐ食と農の教育が必要な理由

- ・1日3食の概念が崩壊し、「食わず嫌い」ではなく「食わせず嫌い」が増えている。食べ物の背景が見えない（いのちをいただく実感が無い）など、「子どものたちの崩食と大人の崩食」が進んでいる。
- ・農業体験しても家庭で調理した経験がないなど、農業体験だけでは食育につながらない現実がある。「食」体験とセットでなければ、農業体験の意味は半減してしまう。

農作業体験を、食農教育・消費者教育に深めるために

- ・食問題は、単なる健康問題ではない。食の機能は、栄養を摂取する「生理的機能」、みんなで食事を楽しむ「精神的機能」、食卓を囲みコミュニケーションをとる「社会的機能」、伝統食や行事食で知る「文化的機能」、食べ物にかかわる知識やマナーを伝える「教育的機能」など多面的である。
- ・日本の食構造、国民の食生活や食の価値観を見直すきっかけとするには、単なる農作業体験ではなく、農業者ならでのノウハウを活用し、農業者等がメッセージを込めて“いのちを伝える”食農教育が必要である。
- ・農業関係者以外でも、食育活動を展開している人はたくさんいる。食を担う様々な人たちとネットワークすれば、もっと面白くなる。
- ・色々な食育プログラムを実践している例が各地にあるので、欲張らず、自分たちから始めることから始めよう。

作り手から買い手へつなぐ食べ物

《施策の方向》

「食」と「農」を身近に感じ、ちばの食文化に触れ、食の宝庫「ちば」に育った喜びを実感できる食育を推進します。

「食」に対する不安に対処する情報の提供と「食」の安全や安心の確保に向けた取組を推進します。

食や健康に関わる不確かな情報を鵜呑みにせず、信頼できる情報を適切に選択し、判断する力を養う取組を推進します。

重点施策項目

- 施策 -1 「おいしいちば」を実感する千産千消・旬産旬消の推進
- 施策 -2 豊かな自然と豊富な食材に恵まれた「ちば」を体感する「千葉県型グリーン・ブルーツーリズム」の推進
- 施策 -3 安全・安心な「食」や「食材」の生産と提供の確保
- 施策 -4 食品情報に関する制度の普及啓発と表示の適正化の推進
- 施策 -5 情報を適切に判断し、食を選択する力を養うための啓発と情報の提供

《個別施策項目》

「おいしいちば」を実感する千産千消・旬産旬消の推進

(第3章 P118～P122 参照)

施策 -1 : 「おいしいちば」を実感する千産千消・旬産旬消の推進

- ・「農林水産王国ちば」の千産千消・旬産旬消の推進
- ・千葉県農林水産物総合販売戦略（農業産出額全国第2位奪還に向けた部門別緊急戦略）
- ・千葉県農林水産業ディスカバーキャンペーン
- ・千産千消・千産全消推進月間の設定
- ・県産品応援店舗等の設置
- ・県産品のブランド化の推進
- ・市町村や生産者団体等との連携

豊かな自然と豊富な食材に恵まれた「ちば」を体感する「千葉県型グリーン・ブルーツーリズム」の推進(第3章 P122～P125 参照)

施策 -2 : 豊かな自然と豊富な食材に恵まれた「ちば」を体感する「千葉県型グリーン・ブルーツーリズム」の推進

- ・「千葉県型グリーン・ブルーツーリズム」の推進
- ・市民農園の整備の促進

安全・安心な「食」や「食材」の生産と提供の確保
(第3章 P125～P128 参照)

施策 -3：安全・安心な「食」や「食材」の生産と提供の確保

- ・千葉県食品等の安全・安心の確保に関する基本方針
- ・生産から消費までの食品等の監視・指導の充実
- ・環境保全型農業の推進
- ・バイオマスの利活用と食品リサイクルの推進

食品情報に関する制度の普及啓発と表示の適正化の推進
(第3章 P128～P129 参照)

施策 -4：食品情報に関する制度の普及啓発と表示の適正化の推進

情報を適切に判断し、食を選択する力を養うための啓発と情報の提供
(第3章 P129～P131 参照)

施策 -5：情報を適切に判断し、食を選択する力を養うための啓発と情報の提供

コラム 8

「食育はまず大人から」

講演者：小泉武夫(東京農業大学応用生物学部教授)

講演日等：平成20年3月21日：山武地域食育フォーラム

食糧の海外依存：「日本の農業は文化を持っていない」

- ・EUは農家の収入の70%を国家が負担(=食料は国民の生命線)している。
- ・21世紀は、食料は戦略兵器 食べ物は自分たちで作らなければダメ。
- ・日本は農業政策の転換が必要である。
- ・農業を立て直すことは、子ども達の教育に直結している。
- ・「地産地消」だけをすすめるのは無理。流通の整備が必要である。
- ・千葉の都市型農業は今がチャンス。

日本は食べ物で体も心もおかしくなった

- ・骨折しやすい子ども、アレルギーが増加している。
- ・たった50年で食べ物が激変(西洋化)した。
- ・日本人としての遺伝子は、質素な食事に適した体をつくっている。

良い実践例の紹介

高知県南国市：10年前から子ども達に100%地元産の給食を食べさせている。

成果：病気になる子どもが減った。長期欠席がなくなった。成績が上がった。

いじめがなくなった。給食を残す子どもがいなくなった。

子ども達が全員「南国市が好き」と答える。

これが「食育」であり、この子ども達が、次代の素晴らしい南国市をつくる。

コラム9

「食品の安全性と有効性について」

講演者：長村洋一(千葉科学大学危機管理学部教授

現在：鈴鹿医療科学大学教授)

講演日等：平成20年2月6日：千葉地域食育シンポジウム

食で最も大切なことは過不足なくバランス良くたべること。
 健康であるための3大要素は、食べること 体を動かすこと 心の問題
 何でも量を間違えれば毒となる。それは食品も同様(特に作用のあるもの)である。
 食育は、家庭で子どもに対していつも手作り料理を食べさせられないことに罪悪感を持つ
 必要はなく、家族で食卓を囲むことが一番重要である。その環境づくりが大切。
 食品添加物は、誤った情報で迷信ができてしまっている。科学的な根拠なく不安をあおる
 人たちやメディアがある。そうした情報に惑わされないようにすることが重要である。
 本来、安全性の問題を「量」として捉える必要があるが、そのことは十分に理解されてい
 ない(食で最も注意すべきは食中毒であり、原因のほとんどは微生物に由来)。
 食品添加物は、食中毒のリスクの問題や食品ロスの問題を考えると適正に使用すべきもの。
 一方で、食品の加工・販売の現場で、不適正な行為が行われていることがあることも事実
 である。
 消費者がしっかりとした知識を持つことで、社会の流れも変わっていく。

「ちば」の農林水産業マメ知識

千葉県が自信をもってお勧めする「千葉ブランド水産物」

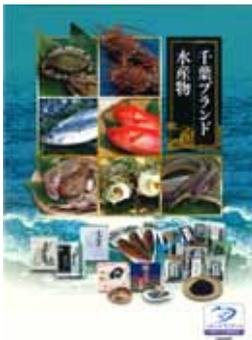
豊かな自然と海に恵まれ、古くから様々な漁業が行われてきた千葉県は、漁業生産量が全国6位(H18)の全国有数の水産県で、四季折々のおいしい水産物を全国の食卓に届けています。

なかでも、イセエビ、カタクチイワシ等の生鮮水産物や、サバ、イワシ、サンマ等の水産加工品は、長くトップクラスの生産を続けています。

千葉県では、「千葉のさかな」のイメージをさらに高めるため、数多くの県産水産物の中でも、千葉県を代表し、全国に誇りうるものを「千葉ブランド水産物」として県が認定し、積極的にPRしています。

千葉の「ち」をモチーフに千葉の魚「鯛」を表した認定マークが目印です。

「千葉ブランド水産物」(15品目)



【生鮮水産物】(8品目)	【水産加工品】(7品目)
「銚子つりきんめ」、「新勝浦市漁協ひき縄カツオ(活〆)」、「外房イセエビ」、「外房あわび」、「房州黒あわび」、「器械根さざえ」、「大佐和漁協江戸前あなご」、「太東・大原産真蛸」	「房州ひじき」、「手入れ焼海苔」、「一番摘み青とび焼のり」、「金田産一番摘みあま海苔(焼海苔)」、「九十九里いわしのごま漬」、「いわし野菜漬」、「さばてり焼きスモーク」

わたし、あなた、みんなへつなぐ輪

《施策の方向》

「ちば型食生活」の普及・啓発を図り、「個人のちから」で「元気な『ちば』」を創ります。

だれでも、どこでも、いつからでも、できることから始める食育で「元気な『ちば』」を創ります。

みんなで取り組む「ちばの豊かな食卓づくり」を通じて「元気な『ちば』」を創ります。

重点施策項目

- 施策 -1 農業県ちばの特徴をいかした食育政策の検討
- 施策 -2 市町村や関係団体等の連携・協力体制の下、地域が一体となった食育推進体制の整備
- 施策 -3 学校、家庭、地域の連携による食育推進のための「仕組みづくり」、
「地域づくり」
- 施策 -4 市町村食育推進計画の策定の促進
- 施策 -5 「ちば型食生活」の普及・啓発
- 施策 -6 ちばの食育推進県民大会（仮称）等のイベントの開催による普及・啓発
- 施策 -7 「ちばの食育」ホームページによる食育に関する総合的な情報の提供
- 施策 -8 「ちば食育ボランティア」や「ちば食育サポート企業」の登録の促進と活動への支援
- 施策 -9 地域での食育活動の核となる「ちばの食育コーディネーター」の育成
- 施策 -10 官民パートナーシップによる新たな食育推進運動の展開
- 施策 -11 環境にやさしいライフスタイルへの転換と「ちばのうまい食材食べきり運動（仮称）」の推進
- 施策 -12 大学等の専門地域を有する機関との連携の強化

《個別施策項目》

農業県ちばの特徴をいかした食育政策の検討(第3章 P132 参照)

施策 -1: 農業県ちばの特徴をいかした食育政策の検討

市町村や関係団体等の連携・協力体制の下、地域が一体となった食育推進体制の整備(第3章 P132～P133 参照)

施策 -2: 市町村や関係団体等の連携・協力体制の下、地域が一体となった食育推進体制の整備

- ・千葉県食育推進県民協議会
- ・ちば『食へのこだわり』県民づくりプロジェクト
- ・地域食育推進会議
- ・県や市町村における地域保健活動の推進
- ・食育に関する県民意識や現状把握と計画の進捗状況の管理
- ・県民の意見を施策に反映させる取組の推進

学校、家庭、地域の連携による食育推進のための「仕組みづくり」、「地域づくり」
(第3章 P134～P136 参照)

施策 -3：学校、家庭、地域の連携による食育推進のための「仕組みづくり」、「地域づくり」

- ・「いきいきちばっ子健康体力づくりモデルプラン」を活用した取組
- ・地域で食育を取り組むためのネットワークの構築
- ・食育の推進に取り組む地域づくり
- ・地域で育てる食文化理解
- ・地域で取り組む健康教育
- ・早寝早起き朝ごはん運動

市町村食育推進計画の策定の促進(第3章 P137 参照)

施策 -4：市町村食育推進計画の策定の促進

「ちば型食生活」の普及啓発(第3章 P137～P138 参照)

施策 -5：「ちば型食生活」の普及啓発

ちばの食育推進県民大会(仮称)等のイベントの開催による普及啓発

(第3章 P138～P139 参照)

施策 -6：ちばの食育推進県民大会(仮称)等のイベントの開催による普及啓発

「ちばの食育」ホームページによる食育に関する総合的な情報の提供

(第3章 P140 参照)

施策 -7：「ちばの食育」ホームページによる食育に関する総合的な情報の提供

「ちば食育ボランティア」や「ちば食育サポート企業」の登録の促進と活動への支援(第3章 P141 参照)

施策 -8：「ちば食育ボランティア」や「ちば食育サポート企業」の登録の促進と活動への支援

地域での食育活動の核となる「ちばの食育コーディネーター」の育成
(第3章 P142 参照)

施策 -9：地域での食育活動の核となる「ちばの食育コーディネーター」の育成

- ・「ちばの食育コーディネーター」の育成
- ・健康づくりを推進するための指導者の養成・活用

官民パートナーシップによる新たな食育推進運動の展開(第3章 P142～P143 参照)

施策 -10：官民パートナーシップによる新たな食育推進運動の展開

環境にやさしいライフスタイルへの転換と「ちばのうまい食材食べきり運動(仮称)」の推進(第3章 P143～P144 参照)

施策 -11：環境にやさしいライフスタイルへの転換と「ちばのうまい食材食べきり運動(仮称)」の推進

大学等の専門知識を有する機関との連携の強化(第3章 P144 参照)

施策 -12：大学等の専門知識を有する機関との連携の強化

コラム 10 「家庭・地域での食育～元気・やる気・根気の“き”を育む」

講演者：大村直己(ほねぶとネット主宰 食育コーディネーター)

講演日等：平成20年2月1日：香取地域食育シンポジウム

消費社会と食環境と子ども

- ・食べ物が溢れ、情報が氾濫
便利で豊かな中で食の基本が崩れる、食べ方や食べ物を大切にしない。
“おかしな食べ方”がいろいろな世代でまん延(豊食 飽食 崩食へ)
- ・子どもはお金持ちで大事な消費者
ひ弱な子どもが増えてきた・・・アレルギー・肥満・キレる・引きこもり

いまだんな「食育」が必要か

- ・部分ではなく、“全体”でとらえる“食の基本”に立ち返る。
 - “食の基本”3つのポイント
 - ・主食と主菜と副菜(日本の食の文法)「ごはんと一汁二菜」の日本型の食べ方
 - ・地産地消、旬産旬消(食文化、食料自給率、環境等の点からも)
 - ・食べ物への感謝の気持ち(「いただきます」の心)
 - “食の空間”から育みたい子どもの“生きる力”
 - ・日本の食の文法、食材を知る、味覚の形成、簡単な料理ができる。生活の自立へ
 - ・文化を知る、コミュニケーションの力 心の自立へ
 - ・情報判断の力、食料自給率(農業の大切さ) 環境を考える。社会の自立へ
- 学校・地域・家庭・行政が連携して(生産者も事業者も消費者も一体となって)
- ・広い意味での食育の概念(食の哲学、食と農の大切さ)を浸透させる。
 - ・地産地消の推進(学校給食における地場産物の活用など)
 - ・教育現場や地域活動における食育の推進(給食を柱に「日本型食生活」の定着、食を素材にした学習(育てる、収穫する、調理に参加、美しくいただく、片づける)、食と健康と体との関わり、地域での食農体験活動等)

コラム 11 「感じる食育 楽しい食育」～食育の新しい視点～

講演者：サカイ優佳子(フードコンサルタント)

講演日等：平成 18 年 10 月 20 日

千葉地域食育シンポジウム並びにタウンミーティング

何を食べるかを選ぶことができる環境にあることはとても幸せなこと。

食育という言葉は100年前にすでにあったが、食を巡る状況は当時と大きく変わっている。「孤食」「個食」が多くみられるなど、食のコミュニケーション的な側面が軽視されがちになり、自分たちが食べるという行為が、遠い海外の人たちの経済や社会、産業、環境にまで影響を及ぼすようになってきている。

今の時代だからこそ食育に必要な視点は、1.食を楽しむ姿勢を養うこと、2.食べものがどんな過程をへて食卓にのぼるのか、その後どう廃棄されるのかといった、食卓以前と以後に目を向けること。

食が楽しいと思えば、栄養や調理、食の社会的な側面についても、自然と興味が広がることが期待される。五感を使って味わうこと、感じたことを自分の言葉で表現すること、自ら考え、自分の手を動かすことなど、一人一人が主体的に食と関わる機会をもてる食育が望まれる。

私たちが何を食べるかは、健康に生きるという個人的な問題だけではなく、食べものを買うという消費行動を通じて、国際社会、環境や経済等に影響を与えているという事実を認識する必要がある。食料の多くを輸入に頼っている日本。今後も安心して食べていくためには、食べるという行為の社会的な側面にも視野を広げ、食育を進める必要がある。