

## 事例

## 青空市で生産者と消費者をつなぎ、食への関心を高める

すみだ青空市ヤッチャバ（東京都）

墨田区には農家がなく生産者がいないことから、すみだ青空市ヤッチャバは“生産者と消費者をつなげる”ことを目的として、「すみだ青空市ヤッチャバ」「キッズヤッチャバ」など農家が農産物を直接販売する青空市を運営している。すみだ青空市ヤッチャバは、平成22年、墨田区と協働で食育の取組を進める「食育goodネット」のメンバーである20歳～30歳代の若者たちが、食のイベントを企画したのがきっかけで取組が始まった。スタッフは、本業の仕事の傍ら、デザインや企画といった得意分野を活かして運営を行っている。

「すみだ青空市ヤッチャバ」では、出店舗数7～13店舗、農産物は約50か所の地域とネットワークが構築されており、毎週土曜日と日曜日に定期的に旬のものを提供している。

「キッズヤッチャバ」は、子供たちが農家の方々と一緒に野菜の販売を行う取組であり、半年に1回程度実施している。

「すみだ青空市ヤッチャバ」では、販売の際に、消費者に向けておいしい食べ方とその理由、作り方を話すように事務局から販売店舗に働きかけをしている。おいしさは舌で感じるだけでなく、商品の背景が見えることでよりおいしさを感じることができるからだ。作り方を聞いた消費者が、購入した商品で調理したものを持って来てくれることもあり、生産者と消費者で様々な交流が生まれている。今後は、運営方法を確立し、さらに地域に根差したものにしていきたい。



すみだ青空市ヤッチャバ



生産者と消費者の交流の場

## 事例

## 食材を使った科学実験を通じ、子供たちの「食」への興味をかきたてる キッチンの科学プロジェクト（東京都）

キッチンの科学プロジェクトは、平成25年に科学技術館の食育ワークショップ運営を行った大学院生が発足させた食育ボランティア団体である。科学技術館のイベントではメンバー1人1人が食育ワークショップを企画・実行し、結果2週間で約500名の親子の参加があり、予想以上の反響を呼んだ。これがきっかけとなり、プロジェクトチームだったキッチンの科学プロジェクトは親子への食育の必要性を感じ、継続的に活動を行うボランティア団体として活動をはじめた。

活動内容の食育ワークショップではただ講義を行うのではなく、必ず「親子で楽しめる科学実験」を盛り込み、楽しんでもらいながら食の大切さを伝える活動をしている。イースト菌の発酵や、ヨーグルトの乳酸菌の観察、バナナの遺伝子抽出など、身近な食材で参加者自らが実験を行う事ができるようになっている。色々な気づきをもたらす科学実験は子供達の興味をひき、「科学」や「食」に興味を持つようになるだけでなく、「科学」と「食」、「環境」や「農」のつながりを実感し、学校の理科や家庭科、自由研究などの勉強にも力を入れるきっかけとなっている。

また、これらの活動は、行政や団体、企業など産・官・学が連携することで頻繁に行われており、毎回の企画・運営を通しメンバーの学生自身も成長を実感しているところである。



子供たちの興味をひくワークショップ



実際に食べ物に触れて実験

## 事例

## 食への向き合い方を考える活動を通して、食への意識を高める

スローフードユースネットワークとうきょう  
Slow Food Youth Network Tokyo(東京都)

Slow Food Youth Network Tokyoは、国際的な青年組織であるSlow Food Youth Networkの日本支部である。「おいしくて、きれいで、ただしい食べ物を守る、持続可能な食環境を実現する」という目的をもって作られた国際的な活動であり、全世界に活動団体がある。

Slow Food Youth Network Tokyoは、Food Photography Workshop（食の写真教室）や、餅つき&トラクター体験（農業体験）、ディスコベジ（ディスコのように楽しく踊りながら、廃棄予定の食材を調理、食料ロスへの関心を高める活動）など幅広く食に関するイベントを実施している。食といってもアプローチ方法は様々であることから、チームメンバーの様々な興味、関心に基づいてアイデアを出し合って、食に関するイベントを行い、若者の食への意識が高まるような活動を続けている。また、日頃から食の現状や課題等それぞれが見つけたものを共有して、日常的に食について考える機会を作り出すことが活動の礎となっている。

世界中のユース団体との交流も活発であり、2年に一度のスローフード世界大会で世界中のユース団体で活動する青年達とワークショップや活動のプレゼンテーション等様々なイベントを通じて交流し、大会後もSNS等を通じて情報共有するなど交流を続けており、活動の刺激となっている。



食料ロスの問題を普及啓発する目的で開催されたディスコベジでスープを配布



トラクター体験

## 事例

## 食と健康についての意識を高め、実践力を身につける

静岡県立稲取高等学校

本校は、静岡県伊豆半島東海岸の中央にある、東伊豆町唯一の県立高等学校である。319人の生徒は、地元の市町から通学している。部活動が盛んで、本年は男子バレーボール部が新人戦で県優勝した。また、文化部の被服食物部が考案した「オレンち伊豆ケーキ」は、地元のニューサマーオレンジを活用したもので、商品化もされている。

本年度は、文部科学省のスーパー食育スクール事業（以下、SSS）の指定を受け、食と健康、食とスポーツについての知識と理解を深め、それによる意識・行動の変容や体組成の変化について科学的検証を行った。

## 1 生徒・保護者アンケートによる意識や行動変容の調査

生徒やその保護者の食意識を高めるために、①食事傾向調査の実施後、様々な食育プログラムで、食行動がどのように変化するかを検証した。②大学教授や元オリンピック選手の講演会、家庭科の授業等（3年生食育学習・保健）を行い、食育を推進した。③毎朝のショートホームルームでは、バランスのよい朝食摂取について調査し、意識付けを図った。

## 2 外部機関（大学）や健康機器で測定したデータの収集と分析

食に対する意識や行動の変化が、筋組成や運動パフォーマンスにどのように影響を及ぼすかについて調査し、①食育の授業前の体力測定と食事調査 ②食育授業とトレーニングの実施③2ヶ月後の再調査で体力や食事の変化を調査した。その結果、生徒の体力は有酸素パワー・無酸素パワーともに向上した。記録が伸びた生徒は、食事の意識や行動も変容していることが分析の結果分かった。食に関する意識を高めることが、運動に関する意識や記録の向上にもつながることが検証できた。（新体力テストにおけるAB段階の取得率は、H25：62.5%→H26：68.0%に上昇し、特に男子は3年ぶりに県表彰を受けた。）

## 3 アスリート弁当や地域食材を使ったレシピ開発

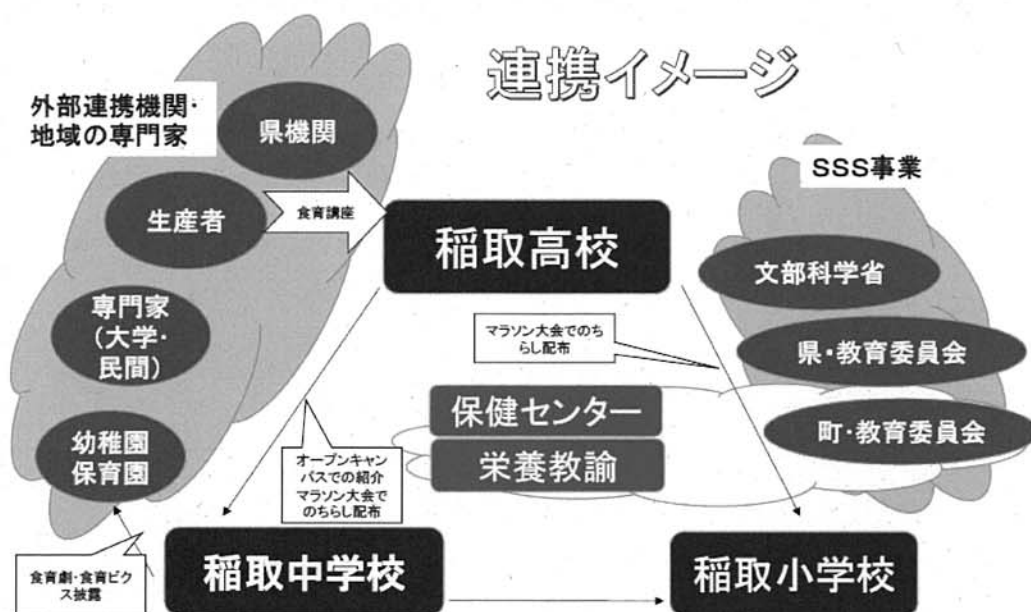
アスリートの体づくりに役立つ「アスリート弁当」の開発と地産地消を推進する30種類のレシピ開発を行った。静岡県水産試験場の職員には、地元の金目鯛の生態について講義をお願いし、地域食材の知識・理解を深めることができた。

## 4 プレゼンテーション等による小中学校児童生徒の意識変容、行動変容の検証

地域の中学1年生と小学5年生を対象に、高校生が学習した食育についてのプレゼンテーションを行った。「スポーツと食の関係」「アスリート弁当」についてのプレゼンテーションは、高校生にもよい学習機会となり、自己効用感を向上させることができた。食を通して小・中・高・地域の連携が深まったことも大きな成果であった。

## 5 積極的な情報発信

東伊豆町・稲取高校HP(ブログ)、有線テレビ、町・県イベント、広報「ひがしいず」にて、活動やレシピ等を積極的に発信し、学校の取組に対する町民の理解を深めることができた。



## 1 大学教授による食育講話



## 2 外部機関と連携した データ測定



### 3 地域食材を使った レシピ開発



#### 4 高校生による小学校でのプレゼンテーション

## 事例

# 「魚食で笑顔に！笑顔で食を大切に!!」 —水産都市下関の魚食文化の継承発展、魚食を取り入 れた日本型食文化の普及、卸売市場を発信基地に一—

からとぎよしとく  
唐戸魚食塾（山口県）

唐戸魚食塾は、唐戸市場を拠点に、主に大人を対象とした、魚食普及のための食育教室（講義、調理実習、会食）、出張教室の開催や、教材等の開発を行っている。

9年前に小学生と保護者を対象として始めた活動は、下関市民を対象にした各種教室のほか、幼稚園から中学校の教職員を対象にした教室、小中学校での「出張魚食塾」など、すべての世代に広がった（開始から平成27年1月末現在で食育教室85回、参加人数延べ2,396人、出張教室等11回、参加人数延べ743人）。

調理実習では、日本型食生活を意識した献立で、1人1匹の魚を使い、生き物が食べ物になることを実感するように構成している。また、「食で幸せ」が、「食を大切」にする原動力になるという考えのもと、ひと手間かけて完成したとてもおいしい食事を通じて、終了時には笑顔になれる運営を心がけている。出張塾では、映像媒体、冊子等で魚の調理、魚の生育から食卓にあがるまでを伝え、命への感謝を感じてもらっている。

スタッフは、市場、流通・加工業者、山口県、下関市、水産大学校、下関短期大学等の産・官・学に所属するボランティアで、経営者や研究者、専門職、学生等多様である。実施に当たっては、PDCAサイクルを活用し戦略的に展開することで、地域の食育の推進に貢献している。



【下関短大学生ボランティア奮闘中】



【食べる前から笑顔がいっぱい】



【スタッフも見入る調理師範の技】

〔第2回 食と農林水産業の食育優良活動表彰消費  
安全局長賞（一般部門）受賞〕

## フードチェーン食育活動推進の取組

北日本港湾コンサルタント株式会社（北海道）

農林水産省では、平成26年度フードチェーン食育活動推進事業において、食品の生産から食卓に至るまでのフードチェーンを通じて一体的に行う食育活動を支援した。

この事業において、北日本港湾コンサルタント株式会社はスーパーマーケットの大手であるアークスグループと生産地と都市の交流に知見のある国立大学法人北海道大学大学院水産科学研究院と連携し、生産、流通、加工等の各現場での体験活動や講習会等を実施した。

この取組では、一般消費者のニーズに応えた食育活動とするため、アークスグループの来店者に、食育に関する意識や活動内容に関するアンケート調査（約1,300名）を行った上で、食育に関心のある来店者で組織する「食育応援隊分科会」を立上げ、さらに、体験先の調査を行い、現地に詳しいコーディネーターも交えて実施内容の検討を行った。また、食育活動の効果を定量的に把握するため、活動において、BDHQ調査票<sup>※</sup>を用いた栄養バランス調査と食や農林水産業に関する意識調査の2種類の調査も実施した。

生産者との交流や漁業・農業体験、加工場や市場の見学・説明会等の体験活動を合計で20回実施し、約500名が参加した。また栄養バランスや食品表示、和食文化などの講習会を9回実施し、約170名が参加した。

本事業で実施した栄養バランス調査では、回答者の8割以上が塩分の摂り過ぎと判定され、次いで食物繊維やカルシウムの不足が明らかとなるとともに、食や農林水産業に関する意識調査では、体験実施前と比較し「家族で食生活や食育について話し合うことが増えた」、「栄養バランスに今まで以上に気をを使うようになった」、「農林水産業への理解が向上した」、「食品を購入する際の産地情報が大いに気になるようになった」など、大きな効果を得ることができた。



じゃがいも収穫体験（北斗市）



和食文化講習会（出汁の飲み比べ）

※BDHQ：DHQ（自記式食事歴法質問票：self-administered diet history questionnaire）の簡易版として開発された質問票で、1ヶ月の食習慣を、食べた食事内容（食品）の頻度を記入することによって、個別栄養素の過不足、摂取品目群毎の摂取状況等が自動的に分析されるもの。