

事例

調理体験を通じて、子供たちの「環境に配慮した食の自立」、
「五感の育成」を推進

東京ガス株式会社

東京ガスでは、子供の食の知識の低下と、生活習慣病の低年齢化に危機感を抱いたことから、まだ食育という言葉が一般には流布していない平成4（1992）年より、小学生及び親子を対象とした料理教室「キッズ イン ザ キッチン」を開始しました。また、世間に環境への意識の高まりが見え始めた平成7（1995）年からは、食生活を入口に環境にやさしい生活を考える「エコ・クッキング」の普及活動を開始し、「キッズ イン ザ キッチン」の中にもその要素を取り入れて、エネルギーや環境問題について考えるきっかけを提供しています。

「キッズ イン ザ キッチン」では、「環境に配慮した食の自立」と「五感の育成」の2つを柱に、食を通して「生きる力」を身に付けてもらうことを目的に、経験豊かな講師が、旬の素材を使ったバランスの良いメニューを教えています。4歳～小学2年生の親子を対象にした親子クラスでは、加熱前と加熱後で見た目の変化を感じるなど、料理の楽しさや、食材がおいしく変化していくことを親子一緒に五感で学ぶ体験を提供しています。小学3年生から6年生を対象にした子供クラスでは、包丁やコンロの使い方などの調理技術の他に、食材や行事食などの食文化にも興味を広げ、子供たちだけで料理を学び体験する機会を提供しています。また同時に、各回のレシピの中には、火力調節や、鍋にふたををするといった「エコ・クッキング」のアイデアを効果的に盛り込み、「買い物・調理・食事・片づけ」という一連の食の体験の中でできる環境への配慮の仕方についても伝えています。

「キッズ イン ザ キッチン」は年間約1万人の子供が参加しており、好評です。子供からは“楽しかった”、“嫌いなものが食べられた”、“ぐつぐつという音が面白かった”などの声が、また保護者からは、“子供が食や調理、五感に興味を持つようになった”、“手伝いをするようになった”などの意見が聞かれ、子供の食への意識が高まるとともに、食卓でも話題に上がり家庭にも浸透している様子がうかがえます。

今後もこれまで同様、食とエネルギーが台所で結びついて生まれる「炎の調理」を核に、幅広い食育活動を展開していく予定です。



子供たち同士で協力しながら、真剣な眼差しで調理をする。



エコ・クッキングの一例。

（左）鍋底の水滴を拭きとってから火にかける

（中）鍋底から炎がはみ出さないようにする

（右）鍋を火にかける時はふたをする

「エコ・クッキング」、「キッズ イン ザ キッチン」は東京ガスの登録商標です。