

年にしようと計画しています。

このテーマに決まった過程ですが、昨年度の活動中、ある子供が生鶏肉を触って、「気持ち悪い」と言ったりしました。また別の子は、食材のにおいを「嫌いだ」と言ったりします。でも食べるときになると、「おいしい」と言って食べられます。そんな子供たちの姿を見ていて、味覚以外の感覚を使って、食と向き合ってみたらどうだろう、新しい発見があるのでは、ということで決めました。ここで、今までの主な活動内容を、簡単にではありますが、ご紹介いたします。

平成24年度のテーマは、「手づくり弁当プロジェクト」と題して、地域の食材に目を向け、地産地消の意味を知る活動をしました。バケツ稲セットを使って、モミからお米の栽培をしました。これは活動の場所が児童館だけでは難しかったので、各家庭に1バケツずつ持ち帰って、栽培に取り組みました。実が付くころには、スズメよけのかかしも手づくりしました。各家庭で育てたお米と児童館で育てたお米を合わせてみたのですが、やはり水のあげ具合や日の当たり方などで、うまく栽培できなかった子もかなりいました。そのことが、逆に収穫が少なかったことが、子供たちにとっては、普段食べているお茶碗一杯のご飯が、どれほど貴重なものかということを感じることができたようです。食探検隊では、夏休みを利用して、バスで少し遠いところへ見学に行くことがあります。この年は、同じ佐伯市でも、海のほうの蒲江という地域で、ブリの養殖場を見学させていただきました。養殖場から水揚げされたブリを、加工場でさばいてもらい、そのブリを使って、ブリカツバーガーを作って食べました。生きている魚を捕るところから調理し、食べるまでを一貫して体験することができました。佐伯市は、九州一広い市なので、海もあれば山もあります。海の次は山もあります。海の次は山へ行きました。山の幸として、薪で炊いた新米や、畑で採れた里芋のコロッケなどの調理を体験しました。

そして、毎年年度の終わりには、まとめとして調理実習をします。この年は、自分たちで育てたお米だけでは少なかったので、地元のお米も一緒に炊きました。そして海で食べたブリ、山で食べた里芋、また地元の養鶏場の卵を使った卵焼き、おばあちゃんの畑で採れたほうれん草などでまとめたお弁当を作りました。この年の活動では、自分たちの住んでいる地域の食について、現地に足を運ぶことで、より身近に感じる事ができた様子でした。

平成25年度は、「日本の保存食より学ぶ伝統の味を知ろう」と題して、昔ながらのさまざまな保存食づくりを体験しました。梅干しは、木になっている梅を取ってくることから始め、梅の塩漬けからシソもみ、土用干しまでを行いました。次、お願いします。恒例のバスツアーでは、海水を煮詰めて塩づくりをしました。根気のいる作業でしたが、海の水がしょっぱいのは塩なんだと、身をもって感じる子が多かったようです。

弥生では、干し椎茸も盛んに生産されており、秋には干し椎茸などの乾物づくりや、漬物を漬けたりもしました。この年は、梅干しや塩、椎茸など、さまざまな保存食が出来ましたので、これらを使って、おにぎりをみんなで考え、ちょうど地元でおにぎりコンテストがあったので、それに応募しました。そして特別賞をいただき、プロのシェフに料理教室を開催していただきました。その様子は、新聞やテレビにも取材されました。保存食づくりという地味な作業の多い年でしたが、その食材でコンテストのレシピを考えたり、シェフの料理教室で技を見たりという非日常の活動は、子供たちにとっては興味深く、また自信につながった活動となりました。

平成26年度は、「おやつについて考えよう、確かめよう、学ぼう、作ってみよう」と題して、普段何気なく食べているおやつというものを改めて考える場を設けました。まずはじめに、お小遣いを渡して、スーパーで好きなお菓子を買ってきました。これは子供たちにとっては、ごく普通の行動でした。また、牛乳に的をしぼった体験もしました。牛の乳しぼりから、バターやアイスクリームづくりをすることで、牛乳が形を変えてさまざまなものになっているのだと気が付いた様子でした。それから栄養士の先生から、砂糖についてのお話も聞きました。市販のお菓子に含まれる砂糖の量や種類のこと、砂糖の原料であるサトウキビをかじってみて、お菓子よりも甘くないことに驚いたりもしました。活動の発表の場として、弥生児童館が地域と連携協力して行う祭りの場で、手づくり食品の販売もしました。この年は、アイスクリームとクッキーの販売をしました。こうして、食品の原料や含まれる成分を学習し、また作って販売するという活動を通して、最初にスーパーで買ったお菓子について、思いを巡らせることができました。その結果、調理実習でのおやつづくりの際には、自分だけではなく、ほかの人のことも思ったメニューを考えることができ、想像力だけでなく、子供たちの心も育ったように感じました。

平成27年度は「ごちそうって何だろう」と題して、文字通り、ごちそうとは一体何だろうと、多方面から子供たち自身が想像できるよう工夫しました。子供たちには、どんなシチュエーションで食べるどんな料理がごちそうかを尋ねました。例えば、お正月におじいちゃんの家でみんなで食べるおせち、友だちと食べるファミレスのハンバーグ、サッカーの試合のときにお母さんがにぎってくれたおにぎりなど、さまざまな声がありました。そして、食探検隊としては、お祭りのときに食べる煮しめ——お煮つけです——を味わったり、お赤飯やあんこという昔ながらのごちそうになる、あずきの栽培などをしました。単なる好きな食べものではなく、ごちそうという意味を学んだ一年間となりました。

このように、年間の活動をテーマに関連することであれば、調理・栽培・現地見学等、分野を問わず、多方面から食育活動に取り組んでいます。いま大人もそうですが、子供たちにとって食べものとは、既に食べられる形で目の前にあるものがほとんどです。食に対する想像力のないまま、無自覚に食べていては、食べものに対する感謝の気持ちや栄養のこと、マナーのことなど、言葉だけではなかなか伝わりません。私たちの食育活動の基本は、食に意識を向けさせることです。

毎日食卓に並ぶ料理は、最初はどんなものだったんだろう。毎日歩く通学路の脇の畑に生えているのは何の野菜だろう。スーパーに並ぶ袋の中身は、どこで何から作られているんだろうと、子供たちに想像させることです。赤くてすっぱい梅干しは、青い実で木になっていて、それを塩漬けにして、赤いシソをもみ込んで、ようやく梅干しになるんだということを知ります。でもそこで、「だから、梅干しは伝統食で体にいいから食べなさい」とは言いません。作り方を知っても、苦手な子は苦手なままです。

それをどう感じ取るかは、子供たち一人一人の感性で構わないと思っています。「ほっとまま」の大人たちは、正解を用意して与えるのではなく、共感することで、子供たちの感受性を高める存在であるよう努めています。「ほっとまま」はボランティア活動ですので、時間も資金も人員も限られた中ですが、自分たちが地域で育ち、育てられてきた、つながりをつないでいけるよう、子供の個性も家庭の事情もさまざまな中で、食べるという最も基本の行動を通して、一緒に考えようと寄り添う活動をこれからも続けていきたいと思っています。ご清聴ありがとうございました。

○司会： 矢部さん、植木さん、ありがとうございました。続きまして、愛媛県立宇和島水産高等学校の水産食品科3年、松本唯さん。水産食品科3年、小西由真さんによる発表です。こちらの高校では、子供の健全な食生活支援活動として、魚を食べる教育の支援や、愛媛県で生産・養殖される魚を使った、町おこしのための活動を行っています。子供とその親への効果的な働きかけや、魚にどうやって興味を持ってもらえるか、体験の中で最も苦勞された点を中心にお話いただきます。それでは、松本さん、小西さん、よろしくお願いします。

○松本氏： 気をつけ、礼、みなさん。

○松本氏・小西氏： こんにちは。

○松本氏： 私たちは、愛媛県立宇和島水産高等学校から来ました。

○小西氏： 小西と。

○松本氏： 松本です。愛媛県って皆さん、どこにあるか知っていますか。愛媛県は四国のここ、ここにあります。なんと愛媛県では。

○松本氏・小西氏： 愛知じゃないよ、愛媛だよ。

○松本氏： という自虐的なPRもしているんです。私たちはJKなので、元気いっぱい発表したいと思います。皆さん、応援よろしくお願いいたします。

○小西氏： 私たちの住む宇和島市は、水産業が盛んなんですが、近年の魚離れによって、少さ