

実施概要

日 時：平成29年6月30日（金） 13：00～14：30

場 所：岡山コンベンションセンター コンベンションホール

テ ー マ：おいしい食で体をつくろう～子供に食体験・農林漁業体験を！～

基調講演：朝原 宣治 氏（大阪ガス㈱・北京オリンピックメダリスト）

シンポジウム：コーディネーター/江草 聡美 氏（㈱バイトマーク代表取締役）

パネリスト/朝原 宣治 氏

松枝 智子 氏（高取保育園園長）

VIN OOTA 氏（映像作家）

山下 希 氏（おかやま農業女子）

主 催：農林水産省

○司会： 皆さん、こんにちは。しっかりおいしいお昼ご飯、召し上がりましたか。皆さん、こんにちは。大変お待たせいたしました。ただ今より、食育シンポジウム1部『おいしい食で体をつくろう～子供に食体験・農林漁業体験を！～』を始めてまいります。

本日は、初めに北京オリンピックメダリストの朝原宣治様から『おいしい食で強い体を育もう』をテーマに、基調講演としてお話をいただき、その後、パネリストの皆様をお迎えしてパネルディスカッションを進めてまいりたいと思います。

さて、皆様もよくご存じのことと思いますが、朝原様は同志社大学3年生のときに国体100メートルで10秒19の日本記録を樹立され、その加速力から和製カール・ルイスと呼ばれました。大阪ガス株式会社に入社後、アトランタオリンピック100メートルに出場し、日本人選手として28年ぶりに準決勝に進出しました。オリンピックには4回連続で出場されています。自己最高記録は10秒02という日本歴代3位の記録をお持ちです。2008年北京オリンピック、4×100メートルリレーでは、悲願のメダルを獲得されました。現在は陸上競技クラブ NOBY TRACK & FIELD CLUBの主催者、また一般社団法人アスリートネットワークの副理事長として、スポーツを通じた健康力の高いまちづくり、世界一住みたいまちづくり活動を推進されています。

それでは皆様お待ちかねですので、ご紹介しようと思います。朝原様です。大きな拍手でお迎えください。どうぞよろしくお願いいたします。

○朝原 宣治氏： 皆さん、こんにちは。ご紹介いただきました朝原と申します。

私は大阪ガス株式会社というエネルギー会社に勤務しております。その他にもJOCであったり、スポーツ庁であったり、最近では食の大切さということで、色々なイベントあるいは体験を展開して、やらせてもらっております。

食の専門家ではないので専門的な話はできませんが、今日は食に関して、元アスリートの立場や父親の立場、指導者の立場でお話をさせていただきますので、よろしくお願いいたします。

トップアスリートの食ということでまずお話をさせていただきますと、選手によって食へのこだわりはかなり違います。差がありまして、正直非常に無頓着な選手もいます。私はどちらかというと、無頓着でもないです。ものすごく細かいということもない、ちょうどいい、緩い感じといいますか、トータルバランスが取れる、長期間を見て体を維持していくという考え方で現役時代からやっております。これが私の基本的な考え方で、毎日ものすごく素晴らしいことをずっと続けるのはかなり難しいからです。皆さんご存じのとおり、高い目標を立てて、毎日ものすごく難しいことを自分に課しても続けられません。ですから私はその振り幅を大きく取るようにしています。

トレーニングもそうです。ものすごく質の高いトレーニングを毎日続けるとどうなるか。人間ですので、故障したり、やる気がなくなったりします。ものすごくいい日もあれば、ちょっと休みの日もあれば、ものすごくきつい練習を続けて、とても疲れたりします。けれども、少しの間練習を落とすなど、振り幅を持ちながら、あるときは、よしやったと思います。またあるときは、ああこのままいったら駄目だと思いますけれども、最悪、こうなっても大丈夫、最高、こうなってもあまり喜ばないという振り幅を大きくしていくことで、自分自身のストレスを抱えない、ゆらりゆらりと目標に向かってとがらせていくやり方をしていました。



朝原 宣治氏

食事と一緒に。私がストイックで体に悪いものを食べないかという、全くそうではなく、食べます。ジャンクフードも大好きです。昨日も高松で仕事をして、夜はおいしいご飯を食べて、たらふく飲んで、今日は元気にこうやってお話をしています。毎日ストイックなことをしているかという、そうではないということです。

トップアスリートもまさしくそうです。この写真を見ていただくとお分かりのように、このファストフード店は、これまでは毎回オリンピックをサポートしていました。これは北京オリンピックの選手村の食堂の写真で、このように食堂には必ずこのファストフード店が入っていました。もちろん、選手たちはここのハンバーガーやポテトを食べます。毎日それを食べると身体の調整が合わなくなるかもしれませんが、そういうものを食べながら、自分なりにベストの状態に近づけていきます。自分でどう選択していくかが一番大事なのではないかと思います。してはいけないということをあまりにもつくり過ぎると、ものすごく窮屈で何もできなくなるので、ハンバーガーを食べてもいいですし、ハンバーガーを炭酸飲料で流し込んでもいいと思います。それをしながら、足りない栄養もきっちり取っていく、トータルで自分の体調をしっかりと管理していく力が非常に大事です。選手村の食堂もそうですし、陸上選手はトレーニングや精神的なコントロールをほとんど自分達でやっています。チームによっては精神的サポーターや栄養士の先生が付いていたりしますが、陸上に関して言うと、自分の体のコントロール、自分のメンタルのコントロールをほぼやってきていますので、そういう意味では一番大事なところはセルフマネジメントになるかと思っています。これはトップアスリートだけではなく、日常生活を営んでいる人達もここが一番大事なところではないかと思っています。それをできる力を付けることが私の考えるトップアスリートの食であり、生活であり、トレーニングであると思います。もちろん、休養も大事ですので、ここは思い切って休まないといけないという選択肢を選手達が自ら選んでやるのはものすごく大事だと思います。

アスリートにはそれぞれ食にこだわりがあったり、こうやって結果を出してきたりという経験があります。その経験を何とか色々な方に知っていただきたいので『アスリート食Do』ということで、食堂と『する』のDoをかけて、こういうタイトルを付けました。第1回は私が講師としてやらせていただきましたが、「レシピが全然面白くないね」と言われました。トップアスリートのレシピなのに、本当に普通の家庭料理ではないですかというクレームがきました。これは何を表しているのかという、やはり基本的な生活や食がものすごく大事だということを私は伝えたかったのです。トップアスリートというと、栄養素、高タンパク、低カロリーのものすごくバランスの整った食が大事だということで期待をされていたと思いますが、私の大事なポイントは子供のときの食べ物が非常に大事だということです。子供のときの食べ物を思い浮かべてみると、それほど特別な食事はしていません。

私の友人に、私の子供のときの親の意識をインタビューしてもらいました。そのインタビューによると、私の母親は息子をトップアスリートにすることを意識して食事を作っていませんでした。父親は銀行員、母親は専業主婦という、ごく普通の一般家庭に育ちましたので、健康で丈夫な子供に育てるのが基本でした。最近では難しくなりましたが、私の母親は3食をきっちり作り、おやつもできるだけ手作りでした。それ以外は特別な食材を使ったり、あるいはプロテインを飲ませたり、そういうことは全くなく、本当に基本的な食事を取って、運動して、しっかり休養する、寝るということを心がけて育てたという話を聞いてきたということです。私の経験から言っても、そこを外さないことが一番大事ではないかと思っています。

最近、色々な親御さんにも子供達にも、どのようなトレーニングプログラムが一番効率的ですか、あるいは、体を回復させるためにはどのようなサプリメントがいいですか、どのようなスパイクを履けばいいですかとよく質問されます。そういう末端的な情報は色々ありますが、そういうものではなく、色々な子供達の考え方を聞くと、人間が生きて行く上で根本的で一番大事なところがなかなか見えなくなっているのではないかと思います。私がこのレシピに出したのは、カレーの煮付けとおみそ汁、写真とは違いますが、高野豆腐の卵とじなど、本当に一般的なものです。

他にもシリーズがあり、マラソンの中村選手にはものすごくこだわった選手時代の食を紹介してもらい、選手時代の体験と食にまつわる話をさせていただいて、後で一緒に作って食べました。

美と健康ということで、フェアリージャパン日本代表の田中琴乃さんにも料理を紹介していただきました。また、来週末、7月9日には卓球の平野早矢香さんに来ていただき『メンタル力を高める食事の力』のセミナーを行っていただく予定です。選手達が持っている経験や考えを、色々な所で伝えるための展開をさせていただいています。

先ほどご紹介がありましたが、私の基本的な考えに基づいて立てたトラッククラブが「NOBY T&F CLUB」です。地域の皆で子供達を育てていきたいという思いを持って、ただ単に走りや伸ばすだけではなく、運動と食の考え方、あるいはその他の色々な知識をここで得てもらいたいという思いでつくったクラブです。2010年に始まり、もう8年目になります。私が所属する大阪ガスの福利厚生施設を使って場所の提供をしています。あとは周りの自治体、特に西宮市にご協力いただいています。近隣に多くの大学がありますので、そこの生徒に来ていただき、子供達と触れ合ってもらうこともやっています。現在、約400名の会員がいて、小学校1年生から、一番上は81歳まで会員がいらっやいます。

先ほど申し上げたように、ただ単なる陸上クラブというよりは、子供達の色々な経験値を増やすこと、基本的なあいさつや靴を並べること、思いやりを持つなど、生きて行く上で大事なことを伝えることや、あるいは私と親交のある障害者のパラリンピックの選手達と触れ合う機会もつくっています。会員がたく

さんいるので、全ての人に色々な経験をしてもらうのは難しいですが、こういう経験をすることで子供達の視野を広げることや、できるだけこちらから色々提供をしようということでもらせてもらっています。

その一つが米作り体験です。朝原家のお米は京都の美山の田んぼでできた完全無農薬のお米で、今年で4年目になります。子供達に安全・安心の主食を食べてもらおうと夫婦で決めて、ここの農家さんと仲良くさせていただいて、自分の家のご飯はここのお米です。自分の家だけではもったいないので、昨年からはNOBY T&F CLUBの会員にも米作りから参加していただき、今年は田植えをしました。完全無農薬なので、放っておいたら草がボウボウに生えてくるので、3回草取りをして、次は稲刈りをする。その翌週に皆で取れたお米を食べてバーベキューをするパッケージで募集をします。お米作りですので、食に興味を持ってもらうことと自然体験です。正直言いまして、お米作りはきついですから、子供達はすぐ飽きます。大人の方が一生懸命やっています。けれども、周りの自然に触れ合い、普段見ない虫を捕まえに行ったり、走り回って、元気に楽しそうにしていたりするのは非常に喜ばしい風景だと思いながらやらせてもらっています。一つのサービスではありますが、私にとっても非常にためになっている体験だと思います。

これは私の子供がまだ小さい頃の写真です。子供が3人いて、一番上の女の子が5歳ぐらいのときに弟と一緒にハンバーグを作っている写真です。子供のときからすぐに包丁を持たせたり、母親と一緒に並んでご飯を作らせたりしたおかげで、私達は忙しいので全てを完璧に用意するのは無理ですが、この日はパパとママが忙しいので適当にやっておいてと言うと、勝手に作ります。息子は気が向くと、朝ご飯にチャーハンを作ります。朝からチャーハンかという感じですけれども、私達からすると非常にうれしいですし、色々な工夫をしながら、子供達も隠し味や、ある程度栄養のことも言います。これとこれを使っているのがバランスがいいなど、色々な話をしてくれるようになりました。これも一番はじめに申し上げた、自分で何を食べるか選択をする、体に悪いものばかりあるわけではないから、コンビニでも選ぶ力だと思っています。そのようなことを言ったら、ファストフード店やコンビニの方にも怒られるかもしれませんが、自分で何をチョイスして食べて行くかということで、何が本当に体に良いか、悪いかを自分で選択することが一番大事だと思うので、子供のときから色々な体験を自らす、あるいは少しずつ知識を入れることにより自分で判断できるようになります。今、親御さんが本当に忙しくて、手がかけられません。それならばやらせれば良いという発想です。もちろん、完璧にはできないけれども、少しずつ刷り込んでいけば、子供達が自分でできることが増えていくのではないかと思います。

スポーツ、競技というのではなく、自分達で健康的な生活をする、健康的な食事をする、それを自分達で考えてやってもらいたい、日常的に色々な活動をしてもらいたいということで、ここに書いてある『スポーツの日常化』を、大阪で屋上に300メートルトラックがある特徴的な建物のショッピングセンターを全体的に使って皆さんに健康になっていただきたい、そういう意識を持っていただきたいということで、色々なイベントをやらせていただいております。私自ら300メートルトラックを走って、ぶつ倒れたりしています。

大東市では食、運動、文化を融合して町全体を健康な町、あるいは住んで誇りが持てる町づくりの、コンテンツづくりのお手伝いをやらせてもらっています。ここの左上にありますように、小学校の跡地を使って、ボロボロだった校舎が補助金をつかって今どんどんきれいになっていて、フロアも貸し出せるようになっていくと思います。そこにカフェができて、町中から色々な方が集まって、健康だけではなく、興味のあること、色々なことがここで作り出せるようになれば、もっともっとここが活性化できると期待しています。

これからシンポジウムで色々な話があると思います。アクティブヘルシーな生活ということで、つらいことは続きます。前向きに、自分にいいことを少しずつ積み重ねるのはものすごく大事なことだと思います。トップアスリートはそれが突き抜けて、競技のためなら体に悪い練習でもするし、本当に飛び抜けていますので、実はあまり健康的とは言えないと思います。私が長い間競技ができたのも、緩い部分とものすごくストイックな部分が共存していたからだだと思います。やはり健康的な生活、アクティブヘルシー、しっかりと言うときついと思いますが、緩く健康的に自分ができる運動あるいは食事、まず自分たちで続けられる範囲の生活を続けることが大事ではないかと思います。そのためには食事でも栄養だけではなくて、こういうふうに皆で食事を楽しく取ることものすごく大事なことです。

もう一つは、やみくもにやってしまうのではなく、少しずつ知識を入れていく。興味があれば、面白いセミナーを聞きに行ってもいいですし、インターネットには色々な情報があり過ぎて、何がどうなのか分からないですけれども、分からなかったら分からないなりにやってみる、自分にいいかどうかですので、それを選ぶのが一番大事なことです。

陸上の話を振られると、どうしたら速く走れますか、どのような練習がベストですか、それは私には分かりません、自分で色々試して見つけてくださいということになると思いますので、やはり自分にベストな健康的な生活、健康的な食事は自分で見つけていかなければいけないというのが私の考えです。それがおっくうになるというよりは、そうしていることがものすごく楽しい、体の変化が見られたり、気分も変わったり、その変化を楽しむ、プロセスを楽しむことに重きを置けば、アクティブヘルシーな生活を送っていけるのではないかと思います。私も選手終わって、これから人生は長いので、生き生きと過ごしていきたいと思っています。

この続きはシンポジウムでよろしく願いいたします。どうもありがとうございました。

○司会： 朝原様、ありがとうございました。朝原様にはこの後のパネルディスカッションにも引き続きご参加いただきます。いったんご退席いただきます。ありがとうございました。大きな拍手でお送りください。

講演、いかがだったでしょうか。セルフマネジメントという言葉が出てきましたけれども、スポーツをはじめることがきっかけだったり、病気がきっかけだったり、ライフステージの変化がきっかけだったり、色々なきっかけで意識の改革が必要だと私自身も感じました。

また、食、運動、文化を通して町全体が元気になる、健康になる、この言葉、とてもすてきだと感じました。そのための場づくり、人づくりが大切なのだろうと思います。そのアプローチの仕方は色々あると思いますが、そのあたりはこの後のパネルディスカッションで是非参考になさっていただければと思います。きっとヒントが得られると思います。

それでは、準備が整いますまで、そのまましばらくお待ちください。

(舞台転換)

●コーディネーター

●パネリスト



江草 聡美氏
(㈱バイトマーク代表取締役)



朝原 宣治氏
(大阪ガス㈱)
北京オリンピックメダリスト



松枝 智子氏
(高取保育園園長)



VIN OOTA氏
(映像作家)



山下 希氏
(おかやま農業女子)

○江草 聡美氏： 皆さん、こんにちは。それでは、これよりパネルディスカッションを始めてまいります。私は食育のプロデュースをしております株式会社バイトマークの江草聡美と申します。コーディネーターをさせていただきます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

壇上の皆様をご紹介します。まず、私のお隣、基調講演をしていただきました朝原宣治さんです。朝原さんにはコメンテーターとしてこの後も引き続きご意見を伺ってまいります。よろしくお願い申し上げます。

続いて、パネリストの皆様です。福岡県福岡市にある高取保育園の松枝智子園長です。高取保育園では、30年以上前から、玄米とみそ汁、納豆、旬の野菜という和食給食を実践されていて、食育保育園として有名です。映画やテレビドラマになった『はなちゃんのみそ汁』のモデル、安武はなちゃんは高取保育園の卒園生でもあります。給食で出されるみそ汁のみそや梅干しなどは園児の手作りです。自分達で給食の配膳を済ませると、『100回かめよ』の歌を合唱し、食べ物に感謝していただく中で、食が命をつくることを学んでいきます。長年園長を務められました西福江先生が昨年退任し、松枝園長先生が引き継いでいらっしゃいます。松枝先生、よろしくお願い申し上げます。

続きまして、映像作家の太田敏さんです。太田さんは企画から撮影、編集まで1人で兼任するスタイルの映像ディレクターです。世界各地の伝統文化を映像に記録するなど、ご活躍されています。高取保育園を年間通じて取材・撮影したドキュメンタリー映画『いただきます みそをつくるこどもたち』は、はなちゃんのお父さん、安武信吾さんとともに昨年自主制作されました。この後、皆様には映画の映像も少しご覧いただきます。太田監督、よろしくお願い申し上げます。

そして、地元、岡山県総社市で農業をしている山下希さんです。山下さんは結婚を機に、ご夫婦でぶどう栽培を始め、今では1ヘクタールのハウスで贈答用のシャインマスカットとピオーネの栽培、4ヘクタールでお米作りをしています。この他、未来の若者に農業の素晴らしさを伝えたいと職場体験の受け入れや地元小学生のぶどうの先生もされています。また、山下さんは岡山県内で農業をしている女性で作る「おかやま農業女子」のメンバーとして、女性ならではの視点で商品の企画開発をしていて、シャインマスカットやピオーネをぜいたくに使ったジャムなども作られています。山下さん、よろしくお願いします。

それではまず、お話をお伺いする前に、太田監督が撮られました高取保育園のドキュメンタリー映画を短くまとめた映像からご覧ください。

(以下、映像)

○ナレーション： 九州、福岡市にある高取保育園。約200人の園児が通っています。

○子供一同： ご飯を一口口に入れてください。準備はいいですか。100回数えます。1、2、3、4、5、6、7・・・。

○ナレーション： 最初の一口だけ100回かんでから食べ始めます。

○ナレーション： 今日の給食も残さず、きれいに食べ終わりました。高取保育園のこの光景に全国から視察に訪れる教育関係者が絶えません。

○大人A： 今でこそアトピーなどと言ったら、皆、ああとうなずかれますけれども、戦前はアトピーなど何のことが皆目関知しない時代でした。

○大人B： 和食を食べないとなぜ駄目かという、民族にはそれぞれの生活環境があるわけです。それが全部遺伝子というものに刷り込まれているわけです。全く民族の違う人たちの食生活が入ってきたら、これは大変なことになってしまうわけです。例えば、ウサギを考えてみてください。ウサギやヒツジは野菜、植物しか食べていないわけです。それに急激に肉をどんどん食べさせたら、彼らは遺伝的にそれに対応できないのです。

○大人C： この子は、4月、5月は口の周りがアトピーで本当に真っ赤になっていたのがきれいに治るのですよ。

○大人D： 生まれてすぐくらいでしょうか、ずっと肌トラブルに悩んでいて、卵アレルギーだったので。こちらに入園して、玄米和食になって1カ月もたたないうちにきれいになりました。その他は何も変えていないのです。

○ナレーション： 200名の園児達が給食のみそ汁に使うみそは毎月100キロです。その全てを5歳の園児がつくります。高取保育園のみそづくりはイベントではありません。自分達が食べるものを自分達で作る責任ある仕事です。子供達はみそを作ることを通して食を整え、健康を保つという日本の伝統を次の世代に伝えていくのです。

(映像終了)

○江草氏： 朝原さん、今の映像をご覧になっていかがですか。

○朝原氏： 私は、高取保育園の取組のドキュメンタリーを全編見させていただいて、本当に感動しました。食のこともそうですし、運動のこともそうですし、あるいは親御さんとの関係もそうですけれども、徹底して子供達と子供達の間を結び付ける食のあり方も非常に素晴らしいと思いました。

○江草氏： 映像で子供達がおいしそうに食べているところで思わず、会場からも、あらまーという驚きの声が出ていましたけれども、食が子供達を結び付けているという感想を持たれたということですね。

さて、松枝園長先生、30年以上前からと申しますと、1980年代ですよ。世の中バブルで、物やお金に価値がグーッと行ってしまいそうな時代だったと思います。その頃からこの和食給食を高取保育園で始められたのはどうしてだったのでしょうか。

○松枝氏： この映像に出てまいりました西福江が園長で創始者です。私は昨年度より引き継がせていただいています。西園長は昭和1桁の生まれで、物を大事にする世代でした。私は昭和56年に保育士として入職しました。その時代でも手作りは手作りでした。けれども、まだ玄米ではなかったです。先ほどから30年前と言っていたとおりです。約30年前に、映像でもありましたように、アレルギーのお子さん達が入園を希望されるようになってきました。初めて聞いたときに、アレルギー、アトピー性皮膚炎、何、それ？と私は思いました。今でこそアレルギーなど色々提示がありますが、全く知識も経験もない時代でした。西園長は前からそうだったのですが、全ての子供が等しく健康に生き生きと生きなければならないというのが信念でしたので、アレルギーの子を預かりなさいという園長命令が出て、はたとどうしたものかと。本当に何も知らなかったのです。それと同時に、先ほどトップアスリートのお話を聞いて、ヘーと思いましたけれども、いくら運動ができて、いくら頭が良くても、いくら美人でも、健康でなければならない、親より先に死ぬような子育てをしてはならないというのが西園長の口癖でした。それと、

アレルギーのお子さん達の入園をきっかけに、少しずつ勉強を重ねてきて、玄米和食だから、肉を食べてはいけない、卵を食べてはいけないということではなく、日本人に生まれた私達の体に合った食事はどういうものかをきっかけに、取組が始まって約30年が経ったということです。

高取だけで基本と言っているのですが、まず、一物全体です。お耳にされたこともある方もいらっしゃるかと思いますけれども、丸ごといただくということです。野菜を丸ごと、季節を丸ごといただく、ですから基本的に皮はむかず、野菜を全て使い切ります。ネギの根っこも刻んで全部食べます。

次は旬のものです。旬のものは、その季節に合った私たち日本人の体調を整えてくれる食べ物です。今から夏に向かいますが、夏野菜は体を冷やす作用があると昔からいわれていますので、この時期にしっかり夏の野菜を食べることがとても大事です。私は仕事柄、短大で学生にお話をすることがあります。びっくりしたのが、私は暑いのに、うら若き18、19才の学生が冬の講義になると腰元にベビー毛布を巻いているのです。「なんでそんなのを付けているの」と聞いたら、「冷え性」と言う若いお嬢さん達がたくさんいました。若いお嬢さん達は冬でもサラダやトマト、体を冷やす食べ物を結構召し上がっているように私はお見受けしました。冬は根っこのものを食べないといけません。ゴボウ、ニンジン、大根、里芋、あまり背の高くならない葉物、春菊や白菜、そういうものを食べることによって、高温多湿の日本の気候に合った生活ができるという考え方で、高取保育園では旬のものしか給食に取り入れておりません。

次は、映像でもありましたよくかむことです。よくかんで食べなさいというのは昔から言われ続けてきたことですが、一番簡単で一番お金がかからないですけれども、一番難しいことです。私もそうです。仕事柄、子供と一緒に食事をしていましたので、かき込んで食べます。かまないです。そういう勉強をすると、レストランに行くと思わず人の口元をじっと見る癖がつきましたが、この漠然としたことをどうやって子供達に身に付けさせたいかと思います。どうやって知らせれば子供達が一番分かるだろうかということで、先ほど映像にあったように、一口目は箸を置いて100回数える取り組みをずっとしております。なぜ100回なのかと申しますと、私達が何気なく口の中に入れるお米、ご飯の一口が大体80粒前後です。本当かと思って、私も一度数えてみましたが、大体80粒前後を口の中に放り込むそうです。それを1回、2回でクツと飲み込むのと、一粒一粒かみしめて食べるのでは作用が全く違うことを学びましたので、100回かむ取組をしています。

最後は、感謝の心です。私もそうです、職員もそうです。今222名の子供達がおり、190世帯あります。農業、漁業、林業という第1次産業を生業にしているご家庭は一軒もありません。立地が住宅街で畑も田んぼも何もない所なので、第1次産業を生業にしているご家庭は一軒もありません。ですから、私を含めて働いたお金で物を買うしか生活ができない地域に住んでいます。ですから作ってくださった方のご苦労、生産してくださった方のご苦労、それをおいしく調理してくれる人のご苦労、色々なものの命をいただくことを含めた感謝の気持ちで「いただきます」をするということを常々子供達に話をしております。

それと、1回おにぎりを握った子と、100回おにぎりを握った子は、どちらが上手に握れるでしょうか。100回握った子の方が当然上手です。映像の中に、「高取保育園の食育はイベントではありません」という言葉がありましたが、私達は朝7時から夕方6時までが開所時間です。高取保育園では1時間の延長保育をしていますので、1日12時間開所しております。ですから起きている間のほとんどを保育園で過ごしています。今年お預かりした一番小さいお子さんは6カ月のお子さんでした。一番大きいお子さんは就学前のお子さんです。その子達が一日中保育園にいます。ですから、本来ならば、ご家庭でお父さんやお母さん、おじいちゃんやおばあちゃんから色々なこと、生活のやり方や知恵を何気ない日常の会話で知っていくことが生活の営みだと思いましたが、色々なご事情で保育園にお預けになっています。保育園でどう過ごすかは子供達の基礎をつくることだと思っています。ですからイベントではなくて、食育、食べること、作ること、食卓を整えること、後片付け、色々なものを含めて知恵として子供達に伝えていきたいので、体験を大切にしています。一昨日も梅干し漬けのシソもみをしました。年長さんが前の日に洗って干していました。シソもみをして1個ずつ包んでもらいましたが、それも体験です。ですから食べることではなく、体験を重視した保育に取組でいると思っていただければいいと思います。言葉足らずでしたけれども。

○江草氏： イベントではないことが子供達の表情から、日常の、そのままの子供達がよく伝わってきました。太田監督はどうして子供達のあの映像を撮ろうと思ったのでしょうか。

○太田氏： だいぶ昔になりますが、僕も体調を崩して、病院に行きましたが、病院では治りませんという種類のものでした。どうしていいか分からなくて、色々なことを試しました。中国の気功や色々な健康法がありますね。一つ自分に一番合っていたのかもしれないですが、食べ物を日本の古い伝統的な、まさしく高取保育園的なものに変えたことによって、体調が非常に良くなりました。高取保育園に行ったら、まさしくそれをこのような小さい頃からやっている現場に行き当たって、若い頃に僕が会っていればひょっとすると病気にすらならなかったかもしれないというのがすごくありました。

先ほど映像を見ていただきましたが、子供の顔が圧倒的にかわいいのです。松枝先生がおっしゃったように、福岡の市内にある普通の保育園で今の時代のお子さん達なのに、食べるものを変えて、食べ方を変えると、あのような昔懐かしい少年少女、とても元気な子供達になるのを見て、これは映像でないと伝わらないと思い、作らせていただきました。

映画を見ると、「高取保育園は私立だから色々できていいですね」とおっしゃる方がいますが、私立ではないです。福岡市の認可保育園ですから、福岡市の一般的な給食費の中でやっていて、かつ栄養価基準もクリアしています。逆に言うと、日本中のどこの保育園でもやろうと思えばできるメニューの中で、毎年、アトピーで入園されたお子さん達が改善されることが非常に多くて、こういった実例が広まっていくのがいいのではないかと思います、映画にしました。

○江草氏： 皆様、もっと映画を見たいと思われたと思いますが、太田監督が撮られました『いただきます みそをつくるこどもたち』は、明日の午後2時50分から、このちょうど2階になりますレセプションホールにおきまして全編ご覧いただけますので、是非またお越しください。

○太田氏： まだ席はありますね。当日席で、予約はなくても行けるそうですので、皆さん興味があれば来てください。

○江草氏： 是非ご覧ください。山下さん、高取保育園のような園があれば、入れさせなかったとおっしゃっていました。岡山でも食育を頑張っている保育園は多いですけども、映画を見てどのようにご覧になりましたか。

○山下氏： 母として、もっと早くそういう知識があれば、わが子にも小さいときからそういうことができたかと今痛感しました。また、そういう園が近くにあれば良かったと思います。

○江草氏： 山下さんはご自身がぶどうの先生としてお子さん方に農業の大切さ、楽しさをお伝えしているらしいですね。

○山下氏： 私は19年前に就農してぶどう作りを始めました。今から15年前に地元の小学校3年生にぶどうの授業を任されました。小学校3年生の総合学習の取組で地域の農産物を学ぶことがあり、始めました。始めた当初は、私の圃場の木を1本小学校に提供し、春に一度来て、圃場の中で子供達に質問をしてもらい、答えたり、ハウスの中を見学してもらったり、秋に収穫体験をするものでした。それが今から10年ほど前から、食育も合わせた取組にしようということで、学校の前にある小学校の畑で、1年生から6年生まで各学年色々な作物を育てています。そこに3年生はぶどうの木を植えることにしました。ぶどうの棚を子供達の背の高さに作り、そこで年間を通して栽培を体験しています。

この写真はうちの圃場に来て色々質問をしているところです。3年生になって、まず子供達がするのが、5月に私達の圃場に来て、実際にぶどう畑を見学しながら色々な質問や子供達が調べてきたことなどに私達が答えます。いろいろなことに触れて見てもらっています。産地なので、子供達のおじいちゃんやおばあちゃんがぶどうを作っている家庭もありまして、こちらがドキッとするような鋭い質問や、詳しく聞いてきて、ものすごく専門的な質問をする子供達もいて、毎年とても楽しみにしています。そして実際に加温機を動かしたり、スプリンクラーを回したりして、子供達に実際の農業を見てもらっています。

次にするのが、これはジベレリン処理というぶどうの種をなくす薬を付けている作業です。この作業をする前に、間引きの作業をします。ピオーネを作っているので、ピオーネの房に付く粒を35粒にしてくださいということで、子供達は真剣に1粒ずつ数を数えながら間引きます。それでぶどうの房型が決まるので、子供達は非常に真剣に取り組んでいます。その後にジベレリン処理という薬を付けますが、子供達はこの作業が一番好きな、盛り上がる作業になります。

次に、袋掛けの授業になります。子供達は思い思いの絵を袋に描いて、自分たちが間引いたぶどうに袋を掛けていきます。このような感じで色々な絵を描いて子供達は掛けています。

次に、収穫体験。これは2学期の9月に収穫体験をします。3年生の子供達の手にはとても大きなぶどうなので、皆慎重に取りますが、この写真は落としてしまったところですが、子供達は自分達が作ったぶどうだからといって、1粒残らず大切に拾って、おうちに持って帰ります。

圃場の横が幼稚園です。幼稚園の子供達を招待して、一緒に収穫を体験させてプレゼントしています。幼稚園の子供達は小学校に行ったら、私達もぶどうを作るんだという思いが芽生えていると思います。

収穫が終わったら、ぶどうパーティーを開いてくれます。子供達は、ぶどうの先生である私達に感謝の気持ちでおもてなしをしてくれます。色々な催しをしてくれたり、毎年工夫を凝らしてパフェやフルーツポンチを作ってくれたりして、一緒に食べます。

ぶどうを生で食べるだけではなくありません。色付きが悪かったり、粒が小さかったりしたぶどうをジャムにして、形を変えて食べられる、一つも無駄にすることはないということで、野菜ソムリエをお招きして、一緒にジャム作りをします。作ったジャムはパッケージにして、ラベルを付けて、子供達はおうちに持って帰ります。皆お母さんやお兄ちゃん、お姉ちゃんにプレゼントをします。自分のためだと思う子はあまりいなくて、誰かにプレゼントするという思いで大切に作ります。そしてぶどうに関してもっと深く知ってもらうために楽しいぶどうクイズをするなど、子供達とぶどうパーティーを終えます。

最後の授業が剪定の作業です。この作業は次の3年生になる2年生につなげるための大切な作業になります。剪定ばさみは固くて大変だけれども、子供達は慎重に1芽残すところを選んで切っていきます。

こうして1年間、子供達はぶどうの体験をして、代々つながっています。

○江草氏： ぶどうは3年生に任せた、おみそ作りは5歳さん、任せた、子供達に預けることによって、子供達はググッと成長していくという場面もあるのではないかと思います。
朝原さんはお三方の話を聞いて、何か伺ってみたいことがありますか。

○朝原氏： 食べ物子供達をつないでいるという話をしましたけれども、まさしくそうです。高取保育園の子供達もおみそを次の代に引き継ぐ、ぶどうを引き継ぐことが素晴らしいのと、あとはぶどう畑に行くのではなくて、学校にあるのですよね。それで成長が見られるではないですか。それを育てているという自分達の気持ちもあるし、最後それを自分達で食べるというところまで完結できる環境がいいと思います。

○江草氏： 憧れになる、作りたいと思えるのはいいと思います。
松枝先生、先ほど、太田監督が特別な園だからできるのではないかとされている、いや、そのようなことないですという部分ですけども、給食費もちろん一緒ということですよ。

○松枝氏： 保育園の給食費は給食単価がありますので、それ掛ける人数で予算を立てることになっています。赤字になったことは一度もありませんので、十分できると思います。

○江草氏： 調味料にこだわっていらっしゃる、食材にもこだわっていらっしゃるという、あれ、どうしてできるの、やりたいのだけれども思っている先生方に何かヒントを教えてくださいませんか。

○松枝氏： スーパーでも旬でないもの、例えば冬にトマトを買おうと思うと高いですよ。夏にトマトは結構安く手に入ります。そういう形で旬のものはお値段もそれなりのお値段です。肉を全く使っていないというわけではないですけども、お肉は月に2回、200人分で2キロ、ですから1人10グラムぐらいしか使っていません。お魚も使っていますけれども、それも近海産をお願いして、いい業者とつながること無駄が一切ないです。先ほど、皮をむきませんと申し上げましたが、220人分の食事とおやつで生ゴミはスーパーの小さな袋1袋しか出ません。全部使い切ります。残食もゼロです。工夫次第でできると思います。本物のみそや本物のしょうゆは本当にそれだけで味があるので、色々なものを足さなくても、例えば少々だしが薄くても、おいしいみそを使うとおいしいみそ汁になります。やはりいい材料を選ぶことが大事です。私がお母さん達によくお話しするのは、毎日食べるものに気を付けましょう。米、みそ、しょうゆ、塩をいいものを選びましょう。あとは外食でケーキを食べることもありましょうし、お肉を食べることもありますが、毎日ではないと思います。ですから毎日食べるものを少しこだわるといいのではないですかといつもお話しさせていただいています。

○江草氏： 朝原さんが言われている、緩いと言ったら変ですけども、これは駄目、あれは駄目というのではなくて、高取保育園もされている感じですね。

○朝原氏： 体にいいものは結構手間がかかりますし、継続するのはすごく難しいと思いますけれども、やはり継続することが一番大事なことだと思います。あと、保育園で同じような形態でこういう取り組みをされている園がもっと全国的に増えて、それが当たり前になればいいと思います。人材育成といいますか、特別なことをしているのではないですか。そこが大変なのではないかと思いました。

○松枝氏： 今、私どもが一番長く働いている給食の職員は10年です。実はこの職員は若いとき外食産業で働き、そこで結婚した後に普通の保育園に行き、転職して私どもの所に来ました。初めは、「えっ、何？」というところで、はてなマークがいっぱい出たそうです。でも、よくよく考えると、先ほど朝原さんもおっしゃったように、考えると自然のことなのです。日本でできた米を食べましょう。日本でできた野菜を食べましょう。昔から日本の調味料はみそ、しょうゆ、酢、塩というのは当たり前のことですし、子供達は全く抵抗なくそれを食べます。新しく入られたお母さん達から、「子供が玄米とおみそ汁を食べられますか」とよくご相談いただきますけれども、こだわっているのは大人だけです。子供は全くこだわっていません。その現場を目の当たりにし、体調が良くなります。先ほど笑われましたが、ライザップより高取と冗談で話しますが、うちに入ると動きますし、玄米を食べますのでなぜか皆スリムになります。やはりそれだけいいものを食べてよく動くので、体の調子が整い、男性がいらっしゃいますけれども、女性は生理痛が非常に良くなる職員が多いです。なので、身をもってそこら辺は体感するようです。

○江草氏： 将来を担う子供達、若者に、食の大切さを伝えていくことは本当に重要なことだと思います。高取保育園の玄米給食を中心とした食体験、山下さんのぶどうの先生、朝原さんの農業体験は、心と体の両方を健やかに育てていく活動だと感じました。
朝原さん、子供達は実際に見た目でもどのように変わっていらっしゃいますか。

○朝原氏： ぶどう畑の木と違い、私達がやっているのは近くにないです。そこまで行かないと体験できないのがすごく残念です。ですから年間に何度か行くのですが、愛着の湧き方が甘いです。私は結構美山に遊びに行くので、毎回育った稲がもうこれほど大きくなっている、もうすぐお米になりそうだと分かりますし、他の田んぼの稲も、ここはこれぐらい育っていると非常に興味が湧きます。身近にあるのは子供達にすごく刺激になると思います。

○江草氏： やはりもう少し回数を増やしていくと、子供達も成長が手に取るように分かってくるかもしれません。

松枝先生は子供達の成長過程、何と言いましても、あのはなちゃんが卒園した園でして、子供達の成長のプロセスはどのように実際にお感じになりますか。

○松枝氏： 食に関しては、先ほど申し上げましたように、子供達は全く抵抗がないということです。今回は食育推進の大会なので、少しお話がずれるかもしれませんが、子供達はいいものを食べていれば良くなるわけではないので、やはりしっかり体を動かすということです。アスリートは育てられませんが、難しく言えば、自分の体をコントロールよく使う、簡単に言えば、転んだときに手がつけるかどうか、人混みの中をぶつからないで歩いていけるかどうかです。結構若い人はぶつかります。歯医者さんにお聞きすると、転んだときに手をつかなくて歯を損傷する子供達が増えていると言われます。そのため、自分の体をコントロールよく使える子供に育てたいということ、コントロールよく育ててしっかり動くことによっておなかが空きます。空腹は最大のごちそうです。おなかがぺこぺこになった感覚を、子供時代にしっかり味わせておかなければいけないと思います。赤ちゃんでもおなかが空いたら泣きます。まだ食べたいときは皿を返してくれません。お皿を片付けようとする、まだ食べると言って泣きます。それでも泣くので、空の鍋を見せて、「もうないよ」と言ったら満足しますし、途中でお茶やお水を飲むと流し込みますので、基本、詰まらない限りは食事の間の水分はみそ汁だけにしています。お茶にはフッ素も含まれていますから、食後にきちんとお茶を飲んで口の中をきれいにするやり方をしています。赤ちゃんはまだ食べたいときはお茶を飲みません。まだ私はごちそうさまではないのだと食を通してアピールをするようになりますし、4〜5歳になりますと、テーブルにつくしかおかずが来ません。例えば5人座っていたら、5人分の山盛りのひじきが1個です。それを毎日テーブル当番が5人分ずつ目分量でおいしくつぎ分けさせているので、食べることもそうですが、食卓を整えることを年齢に応じて生活として身に付ける工夫をしているというお答えでよろしいでしょうか。

○江草氏： ありがとうございます。太田監督もずっと長いこと子供達の様子をご覧になって、成長をお感じになったことがありますか。

○太田氏： 先生は毎年で、僕は1年ですけれども、2歳の子は1年で非常に変化します。それは本当にびっくりします。今年4月にお伺いして、4月はアレルギー症状を持ったお子さんがいますが、たった1〜2カ月で改善されているのを見て、普通といいますか、毎年のことなので、松枝先生は驚かないですが、やはりびっくりします。

○江草氏： 先ほど映像を拝見して、びっくりしました。良くなっている、きれいになっています。

○太田氏： 結構衝撃の映像です。子供達が和食をあれほどバクバク食べるのと、見ていただいたように、220人の子供達が給食を食べて、毎日全園の残食がこれぐらいです。それが毎日なのです。今、小学校の給食もお子さんが食べなくて、大変だと皆さんおっしゃるけれども、高取保育園は残食が出るのがびっくりすることです。撮影のときに食べさせていただき、とてつもなくおいしいです。

○江草氏： 子供達の様子を見ていたら、本当によく分かりました。

山下さん、ぶどうの先生をされていて、子供達の成長過程を間近でご覧になっています。

○山下氏： 子供達は代々伝わってきたぶどうにすごく愛着を感じていて、とても大切に育てていることに強い印象があります。夏休みも学校は休みですが、プールの前にペットボトルに水を入れて、それを畑に運んで、一生懸命水やりをして育てています。15年間色々な子供達を見てきて、印象に残っていることが数年前にありました。田舎の温かな学校ですが、なぜかその年は学級崩壊していました。先生も保護者もすごく困っていて、ぶどうの授業のときも、その男の子は学校の門の所までは出てきますが、道を渡って畑に来ませんでした。担任の先生は他の子供の授業の妨げになるので、その子には教頭先生が付いて、私達は普通に授業を進めていましたが、全く来ません。間引きの授業のときには畑まで来ました。そのときは皆にはさみを持たせていました。その男の子にももちろんはさみを持たせていたのですが、ぶどうの間引きではなく、カエルを挟んだり、虫を捕まえたりなど、全く違うことをしていました。そしてぶどうの枝をもいで折ってしまいました。私はそれを見たときにしかりました。

ぶどうの枝は一度もいでしまうと、二度とそこから芽が出てきません。先輩方が代々つなげてきてくれたぶどうの木の枝をたやすく折ってしまう、そしてはさみで動物にひどいことをしてしまう、そのことを強くその子に言いました。そしてぶどうの木も生きているんだよ、そのぶどうを育てて食べている、命をいただいているということをその子に言いました。担任の先生はどう思われたか分からないですけども、母親のような気持ちで怒りました。すると次の袋掛けの授業、収穫の授業にきちんと来て、同じようにしました。ジャム作りのときは「僕が作ったぶどうだから、お母さんにプレゼントしたい」と言って一生懸命作りました。その様子を見ていて私が感じたのは、ぶどうの授業で私達はぶどうの育て方やジャムの作り方を教えていますが、子供達は体験することによってそれ以外の人としてとても大切な思いやりや責任感、命の大切さ、心を育てている授業ができているとすごく感じました。

○江草氏： 朝原さん、今の山下さんのお話を伺って、単なる農業体験だけではない、命というところまで教えるんですね。

○朝原氏： そうですね。子供達はどこで何を学んでいるか分からないではないですか。ですから食には栄養素もあるし、そうではない命の大切さももちろんありますし、これはスポーツの運動でもそうだと思います。何かのきっかけで子供達がガラッと変わることはよくあるので、大人達もこれはこういうことでやっているのですよということだけにあまりとらわれずにやったほうがいいと感じました。

○江草氏： ついつい目的や目標を決めて大人は取り組みがちなのですけども、そこから子供達は子供達なりに色々なことを学んでいく、また学ぶことができるのがこういう食体験や食農体験ということになるのではないかと今感じました。

朝原家のお子さん達は写真よりもう少し成長されていて、皆さんもうご存じと思いますが、奥様はシンクロナイズドスイミングの奥野史子さんでいらっしゃる。どれほどすごい水陸両用のお子さんがお育ちになるのか、期待して実は楽しみに待っているのですが。

○朝原氏： 水陸両用と言えば、トライアスロンぐらいしかありませんが、うちは結構自由にやらせています。一番上は音楽関係、歌うことも大好きでマンドリン部に入っている、あまりバリバリのスポーツに入っていないです。真ん中の息子は空手と、最近野球を始めています。

○江草氏： 陸上はどうですか。

○朝原氏： 陸上も駅伝大会に向けて頑張っているみたいです。

○江草氏： 話はそれますが、いいものをしっかり食べて将来は10秒を切ってください。

○朝原氏： 陸上は難しいですが、私達とは別の、子供達の特徴もありますので、できるだけ好きなことをやってもらいたいですし、それを全力でサポートしていきたいと思っています。

○江草氏： そこにはやはり食が欠かせないということですね。

○朝原氏： やはり根本的なことなので、運動と食、休養は人間の基本的なところなので、そこはしっかりしたいと思っています。

○江草氏： 朝原さんの講演にありました食体験や農業体験を重ねることによって、子供達が食に興味を持つことや、バランスの良い食事を選択する能力、食選力と言えるかもしれませんが、これを身に付けることが本当に大切だと感じます。そして、食選力を身に付けることは、朝原さんのように、トップアスリートになる子供のためだけではなくて、学力を付けたいということにも欠かせません。また、子供達は小さいときはよく分からなくても、大きくなって1人暮らしを始めたときや仕事をするようになったときに、この力を付けてもらって良かったと、それが高取保育園に感謝したり、保護者の皆さんに感謝したり、そういうときが必ず来ると思います。

さて、ここで、皆様にお知らせがあります。農林水産省では、農林漁業体験や調理体験などの食育活動への支援を行っています。これは都道府県を通じて申請をするもので、活動費の2分の1を補助します。今日皆様にお配りしている資料の中にこのようなパンフレットが入っております。今年度の取組もまだ募集中です。是非食育の活動に対して農林水産省の補助がないかとお探しの方は、この取組をご利用いただけたらと思います。

さて、松枝先生、前園長の西先生は86歳まで現役で保育園の園長をされて、あのように子供達としっかり向き合っている、素晴らしいです。その西イズムといいますか、高取保育園の思いをしっかりと次のバトンを受けられて、実はものすごいプレッシャーなのだそうです。

○松枝氏： 両肩にプレッシャーが重くのしかかっております。

○江草氏： 子供達もそうですが、まず、先生方にその思いが、理念が共通する・・・。

○松枝氏： 西園長が在職中はそう思っていたのですが、うちの職員を見ていて、この頃いっしょらなくなって改めて引き継いでいかなくてはと強く感じるようになりました。西園長という大看板がありましたので、そこでしていたつもりでしたけれども、本当にいっしょらなくなって一人ひとりの職員がやはり素晴らしいことなので、この信念をどう引き継いでいこうか、今奮闘している真っ最中です。

○江草氏： 今88歳の西先生が子供のとき、おばあちゃんがお団子を作ってくれていた、おばあちゃんの手から生み出されるお団子がすごくおいしかったというお話をさせていただいてもいいですか。私は感動しました。

○松枝氏： 西園長に食の思い出話を聞いたときに、お近くに住んでいたおばあちゃんに「おなかすいた」と言ったら、お団子を作ってくださいました。どのようなお団子だったかは忘れたけれども、「そのおばあちゃんの手元が忘れられない」とおっしゃったのです。そして「おいしいものを生み出す魔法の手だった」と西園長はおっしゃったのです。なるほどと思いました。今年88になりますので、恐らく85～86年くらい前の話が延々と、「魔法の手のようなだったのよね」と私に言うてくださったのもすごく心に染みしました。

○江草氏： その魔法の手からおにぎりを握ったり、おみそを作ったり、今、子供達がやっているわけですものね。すごいことだと思います。

太田監督は実はあの映像を見て、涙をボロボロと流されたのがご高齢の方だったと伺いました。

○太田氏： 若いお母さんに見てもらいたくて作ったのですが、出来上がると一番喜んでいただいたのがご高齢の方でした。私達の子供の頃は、子供は皆こういう表情をしていたし、こういうものを食べて、はだして駆け回っていたのだと、とっても懐かしく思っていました。実は、食養生という言葉があります。今この映画や高取の給食を見ると、お医者様や栄養士の方、はてな、はてなになりますけれども、実は僕達日本人は何百年間、ずっとそこの地元で取れたもの、身土不二という言葉があり、地産地消でずっと食べてきて、それでこの体が作られています。2016年に日本人の全DNAが解析され、欧米人と遺伝子レベルで初めて比較できるようになりました。DNAが非常に違っています。縄文人の歯から縄文人の核の遺伝子配列が全部分かるようになり、中国の方、韓国の方、ベトナムの方と全然違う遺伝子です。島国で、独自の文化で独自の食を食べてきた人に合う食事が実は伝統和食だったことを、それが九州のある保育園でずっとやっていたことが実は日本人のスタンダードであることが科学の分野でもどんどん証明される時代に来ていると思いました。

○江草氏： 和食の大切さは遺伝子、体にも組み込まれています。

○太田氏： 昔から言われているからいいという話ではないレベルです。

○江草氏： 科学的にも証明されつつあるということです。残りのお時間も少なくなってまいりました。それでは、皆様に今後の活動について一言伺います。山下さんからお願いします。

○山下氏： 私達は中学生の職場体験の受け入れもしています。中学生になった子供達は、また職場体験で農業を選んでうちに来てくれます。子供達が1年間ぶどうの授業で学んだ後、私達にお礼の手紙をくれます。そこには『自分達で作ったぶどうを家族が喜んでくれてうれしかった、農家の人の大変さが分かった。これからは感謝して食べます、果物が苦手だったけれども、自分が作ったぶどうは食べられるようになった。とてもおいしかった、山下さんが憧れます』と書いてくれる子供もいます。農業は食の原点です。作る楽しさ、育てることの責任感、達成感、そして食べることの喜びが感じられる、農業が憧れの職業になれるように、今後もぶどうの先生を続けていきたいと思っています。ありがとうございました。

○江草氏： ありがとうございます。次に、太田監督、お願いします。

○太田氏： もうすぐオリンピックが来ます。和食に注目が集まっていますが、和食のおいしさもありますが、そのベースになっているのがいただきますという言葉で、いただきますと言って食べる民族はほとんどいないようです。ですから英訳できません。単純に作ってくれたコックさんにありがとう、お母さんにありがとうだけではないです。作物を作ってくれた方への感謝もありますが、いただきますがすごい

は自然環境にまで感謝をしているということです。このように三重の階層でありがたい感謝の言葉を述べる民族はいないものですから、いただきますという精神を基に、国連でもフードロスが問題になっています。残食が多くて、高取のようにほぼ残食がない国が今フードロス大国になってしまっているものですから、国連でも今年フードロスという観点でも『いただきます』の上映会をしていただきますし、せっかく和食に注目が集まっている中、いただきますの精神で日本人の良さが伝わっていけばいいと考えています。ありがとうございました。

○江草氏： ありがとうございました。明日の映画の上映会はまた監督も来てごあいさつをいただけたということです。

それでは、松枝先生、お願いします。

○松枝氏： 今、私がお預かりしているお子さん達は自分で食は選べません。周りの大人が選んだものを食事だと思って食べます。その子供達はいずれ親になります。親になったときに、自分が育てられたようにわが子を育てていくと思います。ですから今、子供達に食卓を整えること、何を食えることが健康で生き生きとした人生を送れるかを伝えていくことは保育園の役割の一つだと考えています。今日は貴重な機会をいただき、ありがとうございました。

○江草氏： ありがとうございました。それでは最後に、朝原さん、今後の活動をお願いします。

○朝原氏： 2020年にオリンピック・パラリンピックが来ます。良かった、楽しかったで終わるのではなく、私からすると子供達がスポーツを目標にして大きくなる、あるいは運動、食で国民が皆健康に、幸せになるレガシーを残してオリンピック・パラリンピックが成功するのだと思います。私はずっとアスリートでやってきた身として、旗振り役をやっていきたいです。

現実問題、完璧にはできないので、自分の目の前のできること、あるいは色々な人に手伝ってもらいながら、いい意味で皆が幸せで健康な暮らしができる世の中になればいいと思っています。

○江草氏： 色々なお話を伺ってまいりました。これをもちましてシンポジウムを終了させていただきます。子供達の食農体験、食体験は根っこを作る部分だと思います。ここでの大切さは今朝原さんが言われたように、自分一人で完結することではなくて、ここにいる皆様とともに、皆様ができることを少しずつやっていけば、きっと素晴らしい子供達が育っていくのではないかと考えております。ぜひ皆で一緒にこの食育体験、食農体験に取り組んでいきたいと考えております。

農業女子でぶどう農家の山下希さん、映画監督の太田敏さん、高取保育園の松枝智子園長先生、アスリートの朝原宣治さんをお迎えしてお送りいたしました。皆様の今後のご活躍を願っておりますので、一緒に頑張っていきましょう。今日はご参加いただきまして、ありがとうございました。

○司会： ありがとうございました。お話を伺っていると、本当に子供達の無限の可能性を生かしていくきっかけを与えるのは大人の役割であり、責任だと改めて感じました。まだまだお話を伺いたいところではありましたが、パネリストの皆さん、そしてコーディネーターの江草さん、貴重なご意見本当にありがとうございました。大きな拍手でお送りください。どうぞご降壇ください。ありがとうございました。

なお、太田監督のドキュメンタリー映画は明日2時50分からレセプションホールで上映されます。是非全編ご覧いただければと思います。

皆様、いかがだったでしょうか。気持ちにグッと火が付いたという方もきっといらっしゃると思います。明日からでも、今日からでも取り組めること、色々な形であると思いますので、是非今日のお話を参考になさってください。