

第12回食育推進全国大会

ブースセッション「食育実践者による車座トーク」概要

○日 時：平成29年6月30日（金）

① 13:30～14:00（30分）【地域を元気にする食育】

② 14:00～14:30（30分）【若い世代からの発信】

○場 所：ジップアリーナ岡山（B95）農林水産省ブース

○主 旨：第3次食育推進基本計画の5つの重点項目の課題解決のために、第1回食育活動表彰の事例報告から、より効果的で実践的な活動についての意見交換を行う。

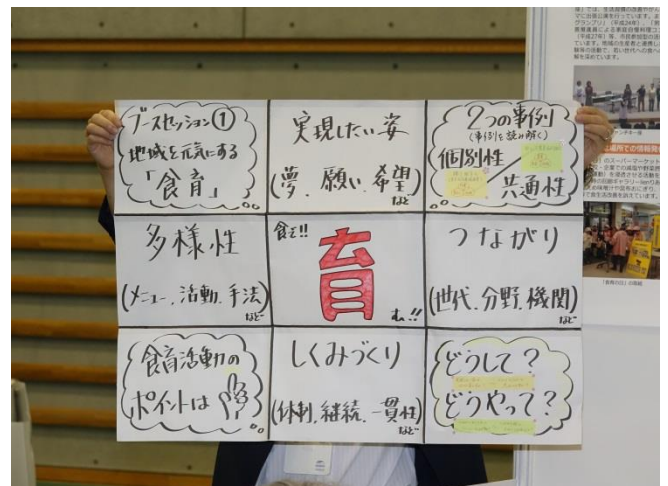
①【地域を元気にする食育】

（ファシリテーター）秋田昌子氏（食育活動表彰審査員）

（発表者）・横川照子氏（富山県）農林水産大臣賞受賞「食生活改善推進員の部」

・西三河農業協同組合（愛知県）農林水産大臣賞受賞「農林漁業者等の部」

営農企画課 岩瀬秀教氏



秋田昌子氏 ファシリテーター（食育活動表彰審査員）

横川照子氏の活動は主に「保健、食文化」、西三河農業協同組合の活動は「農業、教

育」を主としたものである。この2つの食育活動の共通点はいずれも『地域』に密着した活動であり、そのポイントは、手法等の多様性、世代、分野、機関を越えたつながり、体制等の仕組づくりにある。食育活動を通して、実現したいと思った夢は何か、「つながりをつくる」ために何をされてきたか、今後の展望等について、実践者に伺いながら、これからの食育活動に取り組む皆さんの参考にしていただきたい。

横川照子氏 農林水産大臣賞受賞「食生活改善推進員の部」

富山県の高岡市食生活推進協議会で食生活改善推進員として、食育寸劇劇団「チャンチキー座」や「食育の日」におけるスーパーマーケットでの食育活動、地域・学校・企業等での活動において、減塩や野菜摂取の重要性などを地域住民にわかりやすく伝えている。



個人での受賞だが、運営は高岡市食生活推進協議会が担って食育活動が進んでおり、私は企画を立て行動を起こす立場から話をしたい。食を通して健康づくりのお手伝いをしたい、というボランティア精神の仲間が集まり、具体的な活動として、食育寸劇劇団、食育電車、各種講座などのアイデアを実践してきた。今までは行政側からの委託で食生活改善事業をやっていくことがメインだったが、もっと市民の前に出て「食の大切さ」を訴えていくことが必要であると考え、突っ走ってきた。

例えば毎月19日、食育のメッセージたすきをかけた会員が路面電車で健康チラシを配る食育活動は、市長も応援してくれるまでになった。当初は鉄道会社社長に直談判し、目的の重要性を訴え、企業としての支援（実践者の料金無料、車両の提供）を引き出して、実施にこぎ付けた。行政からも協力を得られるようになり、鉄道利用の向上にもつ

ながっていった。

活動を実践されている皆さんも、自ら提案し、行政へも根気よく協力を求めてやっていきましょう。その中でも「つながりづくりの大切さ」として、顔を合わせて話していくことが基本。企画を実現するには、文書を出して終わりではなく、会って思いをしっかりと伝えていくことで実現できる。

今後は、子育て中の親の悩みや不安を軽減する機会を作れるよう若い世代への食育体制づくりを目指していきたい。毎年、2000人規模の食に関するアンケートを行っているが、20～40代が最も食への興味が低く、食事づくりの手間も面倒と考え、コンビニ弁当で手軽に済ます傾向が強い。親になる前に、しっかりと食の大切さを伝えたい。

また、これからのことだが、仲間と「食育食堂」を作りたい。核家族化、独居の高齢者などが増え、低栄養が懸念される。1コインで野菜たっぷり、魚や肉も食べられる「バランス弁当」などの提供や配食ができればと考えている。そのために、行政にも協力を求め、古民家借上げや補助金の支援などしてもらえれば、と考えている。

西三河農業協同組合 農林水産大臣賞受賞「農林漁業者等の部」



食と農への理解を深めるために、西三河農協では小学生への米づくり体験学習を中心に親子で学ぶ日曜学校や野菜作りにも取り組み、郷土料理、地産地消、郷土の食習慣や歴史等に触れながら、地域とのつながりを肌で感じ、人・地域の連携を深め、幅広い食育を展開している。

○岩瀬秀教氏（西三河農業協同組合 営農企画課）

JAは地元の農家が安全にきちんと作ったものの良さを実感してもらいたいことから、

食農教育に取り組んでいる。小学校の隣に田んぼがあっても、いつも食べている米はどこで作られたものか知らず、スーパーにあるという程度の認識しかない。昔は田植えや稲刈りの頃は、学校が休みとなり農作業をしたが、今は伝えていこうとしないと全く知らないままで大きくなってしまう。食べることの大切さも、食を選ぶ力も、体験活動を通じて培っていけるように実践している。

地域の関係づくりは、4つの小学校で5年生の米作り体験を地元農家に協力してもらっていたところ、異動した先生の口コミで広がった。JAに体験活動の依頼をいただき、教育ファーム（交付金）を利用し、場所の確保・荒天対策などの課題を解決しながら、18校へと増えてきた。毎年度、地元行政担当者、食育ネットワーク、関係者全体で反省会を行い、課題の洗い出しをしたり改善方法を共有したりしながら、次年度の運営に活かしている。今後は、西尾市食育推進会議と連携をとりながら、市内全26小学校での実施を目標としている。

自身の思いとしては、よいものは実は地元にもたくさんあり、何を食していけば安全で体によいのかを、JAの農産物を通じて伝えたい。現場で接する子供たちは素直に農業体験を楽しんで吸収してくれるので、しっかり応えていきたい。

まとめ

事例発表の2つの活動のように、しっかりとポイントを掴み、地域にある資源を有効に活かすことで、さらにつながりを広げていくことができる。

つながりは、小さな目的を積み重ねて、集まった関係者がゆるやかな仕組みを作っていく方が持続していける。形が先にできて硬直した仕組みを作り上げてしまうと、目的とずれてしまったり、関係性が続かなかったり、継続した活動とならない。

食を通して「実現したい姿」を明確に持ち、その実現に向けて多様な主体が協働で取り組むことにより、食育の環境が育まれていく。

②テーマ【若い世代からの発信】

（ファシリター）高田正澄氏（食育活動表彰審査員）

- （発表者） ・ 食育プログラム開発チーム食育戦隊ゴハンジャー山口県立大学（山口県）
農林水産大臣賞受賞「大学等の部」篠原成実氏、吉村瞳氏、渡邊舞子氏、
古川あずさ氏、岩本彩果氏
- ・ 食品ロス削減サークル美作大学（岡山県）消費・安全局長賞受賞「大学等の部」宮田優希子氏

高田正澄氏 ファシリター（食育活動表彰審査員）

食育活動表彰は、第3次食育推進基本計画の5つの重点課題の解決に資する取組として、その活動の重点テーマが特に効果的である取組を選定しているもの。その5つの重点課題のひとつ「若い世代を中心とした食育の推進」として、2つの大学の取組事例から、効果的な食育を考えていきたい。



山口県立大学 食育プログラム開発チーム食育戦隊ゴハンジャー 農林水産大臣賞受賞「大学等の部」

子供たちが楽しみながら食について学び、自身の食生活について考え、改善点に気づき、家庭での継続的な食育につなげることを目的に、専門性の違う教員と学生がチームを作り、型にとらわれない食育活動を始めた。三色食品群をイメージした自作のキャラクター「ゴハンジャー」や五感を用いて実際に体験できるように工夫したオリジナル教材で子供たちの興味を引き出し、プログラムの効果を高めている。

○篠原成実氏（「食育戦隊ゴハンジャー」チキミ役）

工夫している点は、対象の子供の年齢・ニーズによって、伝え方や媒体の使い方などを変えていること。例えば食べ物の匂い当てゲームでは、小学生未満の子供には「いちご」や「バナナ」など馴染みのある簡単なもの、小学生以上の子供には「しそ」や「しょうが」などのあまり馴染みのないものを嗅いでもらって、更に食べ物への興味を持ってもらえるようにしている。子供たちと接する際には子供の意見や反応を見逃さずに出た意見を尊重すること、子供と同じ目線になって話すこと、子供たちがより食育体験に意欲的に取り組めて、達成感を感じてもらえることを心がけながら活動している。

○吉村瞳氏（「食育戦隊ゴハンジャー」ピーコ役）

食育体験が子供たちの心の中で楽しいこととして残ってほしいので、学生ならではの自由なアイデアでプログラムのストーリーを考えたり、媒体を作ったり、声掛けをするなどして、ワクワクするような仕掛けづくりを心がけている。釣り竿を使ってカードをとって食について学ぶ活動や、実際の包丁にそっくりな媒体も人気。五感を使って体験し、自ら発見することがよい思い出になり、食育への意識が高まると思うので、準備段階から私たちも全力で取り組んでいる。



○渡邊舞子氏（「食育戦隊ゴハンジャー」ヨネオ役）

私たちの活動は当初、山口県内にある青少年自然の家や大学など自分たちが活動しやすい場所（子供たちにとっては非日常的な場所）に来てもらって行っていた。しかし、私たちが子供たちの生活の場に出向いて活動を行うことで、より生活に根差した継続で

きる食育体験になると考え、6年くらい前から、地域の小学校や保育園へと活動場所を変えた。学校や保育園での子供たちの様子を事前に伺って、状況に合わせた身近で親しみやすい食育活動ができ、普段の生活の中で食への興味・関心を向けることが以前よりできるようになった。

○古川あずさ氏（学生サプリーダー）

子供の身近な場所で活動し、さらに生活の中心の場である家庭へと食育をつなげたいと思い、食育プログラムをその場の体験として終わらせるのではなく、プログラムの後にワークシートや家庭で取り組める食育ワークブックや絵本を配布している。家庭に持ち帰りやすい形にすることで、さらにこの食育チームの強みを増すことができる。

また、プログラムの後に活動と関連したミッションなどが書かれたゴハンジャーからおたよりを家庭に送付することで、家族と一緒に食について考えて、食育を家庭に落とし込むことができるような取組を数年前からやっている。このような取組をする中で、食育を子供たちの一番身近である家庭へとつなげ、継続的な食育の実践のための一つのきっかけ作りをする、という私たちのチームの基本的な考え方が固まっていった。

○岩本彩果氏（学生リーダー）

今後の展開としては、これまで続けてきた活動を引き継いでいくことはもちろんだが、これからはゴハンジャーが「地域のヒーロー」として、食育を実践する輪をさらに広げていきたい。地域の農家、教育関係者、お店の方などは、それぞれの強みがあり、子供たちと関わりながら何かをやりたいという思いはあっても、何をすればいいかわからない、機会が持てないという話を伺うことがある。そこで私たち食育プログラム開発チームの強みである、学生の自由なアイデア、学んでいる栄養や食に関する知識、大人数だからこそのパワーで、地域で働く方々と協力しながら食育活動を行い、地域と子供たち

を繋げる橋渡しのような役割を担っていきたい。

また、このチームは学生が4年間を通して成長できる場であり、多くのメンバーにとってもチームを支えてくださる先生方にとっても、自分のやりたいことにチャレンジでき、このチームに入った事の良さをそれぞれが見出せるようなチームであり続けたい。

美作大学 食品ロス削減サークル 消費・安全局長賞受賞「大学等の部」

一般家庭の食品ロスに着目して活動を行い、食品ロス削減の啓蒙活動及び有効活用を行っている。フードドライブ活動、高齢者の共食としてぽかぽか食堂や子供食堂などの運営を行っている。



○宮田優希子氏（食品ロス削減サークル部長）

サークルで最も大切にしている点は、地域とのつながりで食品ロス削減に取り組むこと。食品ロスは言葉としては近年注目されつつあるが、まだまだ知名度が低いのが現状。私たちは津山で行われるイベントに参加し、展示やチラシ配布等を行い、食品ロスについての知識が浸透するよう活動し、集まった食品でぽかぽか食堂、子供食堂を開催し、地域の方を招いている。子供食堂は子供の居場所づくり、ぽかぽか食堂は一人暮らしのお年寄りへの食事提供を目的としているが、どちらもフードドライブ活動で集まった食品や地域の農家の方からの食材提供で成り立っている。少しずつ津山でも食品ロス削減の認知が進んでいると感じているが、継続が大切であり、これまでにフードドライブ活動は6回、子供食堂は毎月、ぽかぽか食堂は3回実施してきた。

宣伝をしても全く食品が集まらないという失敗もかつてはあったが、その反省を活かし、十分な宣伝を行い、分かりやすい場所で実施することにした。フードドライブ活動もサークル活動もまだ改善の余地がある。私はサークル部長だったが、昨年度で卒業し

交代したところであり、これからの活動は新部長に期待している。

今後の展開としては、活動をより地域の方に知ってもらえるよう、周知をさらに行い、食品ロスが学べるカルタ、すごろくに続き、さらに絵本も作っていきたい。明日、スーパーのマルイさんのブースでカルタ、すごろくを展示するので、ぜひ来ていただきたい。

美作大学は管理栄養士を目指す学生だけでなく、福祉に関しても学んでいる学生もいるので、それぞれの分野で食品ロス削減に取り組んでいけたらと考えている。また、今までの活動を継続するとともに、地域の方が気軽に集える場所づくり、みんなで学べる勉強会や料理教室の開催など、津山地域の活性化のひとつの糸口として、食品ロス削減を展開していければと考えている。

まとめ

ゴールの目標を数値化すれば、取組が正しい方向なのか間違っているかが判断できる。現状はこうだが何年後にはどうするというゴールの数値を決めることが大切である。ゴールの目標が明確なら、数値は小さくても構わない。参加者の人数だけでなく、参加者が何かに気づき、参加者の何人の意識がこう変わったと示せば取組の影響効果が明確になり、継続的な取組になっていく。