

「HATTORI 食育クラブ」とのコラボ連載 **食**の現場に行ってみよう！が始まります

Shoku-iku HATTORI SHOKU-KU CLUB × 朝日おかあさん新聞

食の現場に行ってみよう！
朝ママ専属！和・洋・中華・製菓のイケメン講師陣！

1面
vol.1

私たちが、本物のおいしさと「食」の楽しさを手ほどきいたします！

食のプロフェッショナル 4人の料理人
(服部栄養専門学校専任教授) が強力サポート！

中国
菊池晋作さん
健康に根ざした安心・安全な中国料理の魅力を伝えます。温もりあふれるお母さんの手作り、応援室で実施されました

日本
平塚未来さん
だしを取るといった日本料理の基本となる部分から、しっかりやります。最高のおふくろの味を作しましょう。

製菓製パン
若松貴之さん
子どもたちに食べさせたいという気持ちがあれば、どんなものでも作れます。一緒に頑張りましょう。

西洋
幸田健太郎さん
子どもたちが幸せを感じられる食卓を囲む楽しい時間と、おいしい食事作りのために協力を惜しみません。

1面で特集した「食の現場に行ってみよう！」の第1回目「親子でオリジナルソースを作ろう」は、東京都渋谷区にある服部栄養専門学校の調理実習室で実施されました

HATTORI 食育クラブ <http://www.shokuikuclub.jp>
HATTORI 食育クラブは、「食育」を通した人間教育と「食」業界の発展を目指し、設立されました。現在、飲食店をはじめ「食」を取りまくホテル、食品メーカーや関連企業など 200 団体が入会しています。レストランでおいしいメニューを生み出すことも、食品メーカーが安全で安心な食品を作り出すことも食育につながっています

学校法人 服部学園 服部栄養専門学校 <http://www.hattori.ac.jp>

HATTORI 食育クラブ 会長 服部幸應さんインタビュー

毎日ごく普通にやっている食事作りだからこそ、栄養のことはもちろん、安心安全でおいしい食材の知識など「食」について、もっと納得できて自信がもてたら……。作物の収穫、食品工場や醸造所、料理講習など、いま知ってほしいホットな「食」の現場をお母さんが訪ねてルポする連載が「食の現場に行ってみよう！」です。健康大使でおなじみの服部幸應さん率いる「HATTORI 食育クラブ」の協力のもと、「食育」の大切さをお伝えします。

撮影／石野明子



服部 幸應 (はっとり ゆきお)
学校法人 服部学園理事長、服部栄養専門学校校長。
医学博士／健康大使。内閣府「食育推進会議」「食育推進基本計画検討会」委員ほか、さまざまな役職を歴任。著書に「食育のすすめ」(マガジンハウス)、「うまい料理の方程式」(河出書房新社)など多数。

食育への取り組み
「食育」という言葉をよく耳にすると思います。食文化の改善をすべきと強く感じた私は、20 年以上にわたって、その必要性を訴え続け、日本の教育理念の一つに「食育」を組み入れることを各方面に働きかけました。衆参両院の議員立法で食育基本法が成立したのは 2005 年のことです。それから推進会議を重ね、5 年ごとに見直しながら、家庭、学校、職場、地域社会において、浸透を図る取り組みが行われています。学習指導要領に食育の推進が盛り込まれ、来年度からは、文部科学省が小・中高 50 校ほどを指定して、大学や企業と連携してプログラムを開発する「スーパー食育スクール」もスタートする予定です。

家族で食事していますか？
これを読んでいるお母さん方も、食育について「知っているわ」とうなずかれていますことでしょう。アンケートを取ると 90% 近くが知っていると回答します。しかし、中身について聞いてみると、農業体験や親子料理教室を思い浮かべる方がほとんどです。さらに厚生労働省の全国家庭児童調査(平成 21 年度)によると、「一週間のうち家族そろって、一緒に食事をする日」がどのくらいありますか?」の質問で、朝食では 32% が「ほとんどない」と答えています。夕食では「週 2、3 日」が 36.2% で最も多く、「ほとんどない」家庭は 7%。また、家族で食事をする回数が 1 年で 4、5 回という家庭が 1 割以上というデータもあります。もはや「家族で食卓を囲みましょう」といった呼びかけでは、食育は浸透しません。塾や習い事があつたり、両親の仕事が多忙だったり、様々な理由があるにせよ、

これだけ多くの子が一人きりで食事をする国は、世界でも日本だけではないでしょうか。

食卓はしつけの場
食育の基本は「家庭の食卓」にあります。食のしつけは、親から子へ、食卓で教えるべきものです。親子での食事が減り、団らんがなくなると同時に、大切なしつけの場も減っています。一緒に食べていると答えても「テレビを見ながら」「携帯でメールをしながら」という家庭が多いのです。96% の家庭が食事中にテレビをつけています。しつけ以外の「パランスの良い食べ方」にしても、親に知識がないために、栄養の偏った食事をしている子どもが多いのです。

これまで食育の指針では、保護者(家庭)への食育は後回しにされてきました。ライフスタイルや家族形態の多様化で、ひとまとめに指導できないという理由からです。保護者に食育をうまく伝えるには? 食育にたずさわる者は真剣に考えなければなりません。

生きる力の基盤は家庭
私は講演会で、ニート、キレやすい、非行……など、現代の若者が陥りやすい問題を例に挙げながら、保護者が食育の大切さに気づいて家庭でのしつけを改善すれば、世の中が変わっていくという話をします。すると、お母さんから質問を受けます。「うちの子は小学校高学年ですが、もう手遅れですか?」。そこで、「時間をたっぷり取れますか?」と問い返します。「何かと忙しくて……」。わが子のために四つに組む時間をつくる覚悟がない、そんな顔をされると、私は首を横に振ります。

「その子が一生困らないようにするには、魚を与えるのではなく、釣り針と糸を与えるさい」という中国の故事があります。そうです、家庭は「釣り針と糸の使い方を親から学ぶ場所」です。そして、魚を獲る方法を習得します。学校は「釣り針と糸の作り方を学ぶところ」です。家庭と学校は教育の目標に違いがあるのです。生きていく基本の力を育む場所とは家庭しかないのです。

中が変わっていくという話をします。すると、お母さんから質問を受けます。「うちの子は小学校高学年ですが、もう手遅れですか?」。そこで、「時間をたっぷり取れますか?」と問い返します。「何かと忙しくて……」。わが子のために四つに組む時間をつくる覚悟がない、そんな顔をされると、私は首を横に振ります。

「その子が一生困らないようにするには、魚を与えるのではなく、釣り針と糸を与えるさい」という中国の故事があります。そうです、家庭は「釣り針と糸の使い方を親から学ぶ場所」です。そして、魚を獲る方法を習得します。学校は「釣り針と糸の作り方を学ぶところ」です。家庭と学校は教育の目標に違いがあるのです。生きていく基本の力を育む場所とは家庭しかないのです。

子どもたちの幸せのために
ときに厳しい物言いと取られるかもしれませんが、これから『朝日おかあさん新聞』を通して、食育について真剣に考えるきっかけを発信していきます。また、いろいろな情報が溢れている現代のお母さん方には知識も豊富です。その上で、家庭で育まれる食の豊かさを味わってほしい。

子どもは、親がほめてくれることが、何よりうれしいもの。

HATTORI 食育クラブが提唱する 食育の三本柱

① 安心・安全・健康のため、選食する能力を養う
健康を維持できるよう、安心安全な食を選ぶ力を培います。

② 家族が共食することで衣食住の常識が継承される
食事のマナーを身に付けてコミュニケーションし、一般常識を学びます。

③ 地球規模で食を考える
食料問題や環境問題、食料自給率などグローバルな視点を持ち、行動することです。

食育とは……

「食育」は、食についての知識や能力を、家庭、学校、地域社会においてグローバルな視点で高めていくことであり、一人ひとりが普段の生活の中で健康や環境に配慮したふるまいをすることです。現在、我々には多くの問題を抱えています。生活習慣病、肥満や痩せ、キレる子ども、マナーのない大人、低い食料自給率、大気・水質・土壌汚染、森林破壊、食料問題、貧困、飢餓問題……。数々の問題解決の糸口が、食育にあるのです。食育を考えることをきっかけに、日本人としての大切な心を、あらためて思い出しませんか?

食卓では口うるさかった母ですが、近所のおばさんに行儀よくあいさつをできた幼い私を、誇らしげに見つめていた瞳や、おいしそうに食べる様子をゆつたりと眺めていた満足そうな笑顔を、私は覚えています。いまだに忘れられない、子どもながらにうれしかった母との温かなひとときやおふくろの味を、今の子どもたちにも経験してほしいと願います。