

なごや食育座談会

市民の方々に食育に関心を持ってもらうにはどのような方法がよいのか、話し合っていました。

名古屋市：市としては、食育を「やってますか」という押し付けにならないように、うまく広がりを持たせていきたいと考えています。

福谷：私も食育活動を行う時には、“こうあるべき論”は言わない様にしています。今の食事を認めることからの一歩を大事にしています。それがないと、多分そっぽを向かれるような気がします。食育は、きっかけづくりが大切だと思っています。



芳本：現状を認めるのはとても良いことだし、そこから行くというのもとても良いと思います。私は、食育の活動を行ううえでの目標は何かの形で示しておかなくてはいけないと思います。共通の認識をみんなが持たないと、活動がバラバラになってしまうと思います。先週、三重県で食フォーラムがありまして、そこでシンポジウムの座長をやらせていただいた時に、現在の三重県全体の状態として、野菜が非常に少ない、脂肪の取り過ぎという事が報告として出されました。同じように、名古屋市の場合も多分野菜が少なく、脂肪が多すぎる。これは日本全体の現状なのです。私が小さい頃、すき焼きって牛肉が入ったことはなかったです。ところが、牛肉の輸入自由化から爆発的に日本に牛肉が入ってくる。市場に牛肉が他のお肉と同じ様な値段で並んだ頃から、すごい量が食卓に乗ってきています。脂の多い物は美味しいんです。そこからメタボが発生しているわけです。



福谷：メディアが食の情報を流すことによって、同じ食材を求めるような動きがあります。大きいメーカーさんは、そういうものがある意味では作っていきける。誰もが健康になりたくてしょうがないから、これがいいですよって言われたら、そっちに行かないと不安で不安でしょうがないんですよ。何か良いと言われたら、どうしても食卓に置きたいんですよ。そのあたりはどうなんでしょうか。

福澤：カゴメの商品は、野菜やトマト、乳酸菌など、健康の観点から多くの方の手に取っていただきたいものが多いので、食育活動と結びつけることができるんです。店頭に置いてあるレシピ上では美味しそうに書いてあるけれども、実際美味しいかどうか分からないから、お客様はなかなか手に取って作らない。料理教室を開催すると、実際に教室で食べて「おいしい」と感じていただける。その後ケチャップ、トマト製品などを継続して買っていただくことにつながるんですね。親子対象の教室を開き、そこで親子お互いでこの体験は楽しかった、これは体に良いんだということを実感していただく。それを1回だけで終わるのではなく、定期的に開催していく。消費者の皆さんにも口コミで浸透し、それが広がっていくのではないかなと思います。口コミ効果というのは素晴らしいと思います。



神谷：流行っているという事は、食文化だと思う。スローフードやファーストフードなども全部食文化だと思うんです。この食文化は、スーパーも作っていると思うんですよ。例えば、スーパーが「今日は冬至だ、ゆず湯だ、ゆずを売るんだ。」と売っているから、主婦は「あっ、そうだ。」って思って「冬至なんだよ。」って子どもに偉そうに言うと思うんだよね。これと同じで、販売店にしかできない食育、企業にしかできない食育がある。でも、カロリーを取りすぎる食育はどうかと思う。僕は、去年の四月から今までで、20kg痩せました。やっぱり魚を食べてね。魚マイスター協会では、切り身ではなく、骨をはずして食べましょと教えなさいと言われてますね。私たちは中央卸売市場なのでたくさん魚を食べてもらいたいと思います。特に日本で獲れた魚を食べてもらいたい。高級品ばかりじゃなくてね。そういう中で、消費者みんなで何か一つの目的に向かって歩けるように、どのように我々が支援していくかじゃないかなと思うんです。



池澤：食育は、食育基本法が定められた時から企業やいろんな団体が具体的に動き出しました。しかし食卓の上にあるものが、いろんな法律と関わっているということを知らない人が多いわけです。食の検定協会では、「食育」とはどのような事なのかから始めて、自分達が消費者として具体的に何が出来るんだろうかという事を提案し、打ち出しているんです。食育応援隊は、企業さんや学校の先生、農・水産業の方が集まっているわけなので、営利以外でのネットワークづくりが私たちの目標としてつながっているわけです。企業には売るという目的があり、それは現実としても、本音の部分で食育の目標を持っていく所からしか、つながらないのではないかなと思ったりします。

小久保：活動で肥満児の問題と欠食の問題が同時に出てくることもあるんですよ。保育園の保護者会に出ると、自分の子どもが野菜を食べない話題で、「私が野菜嫌いだからしょうがないわね」と言う親が出るわけです。そういう家庭へ啓発できる何かがあればいいなと思います。私は、アメリカで日本レストランをやっていたことがありまして、当時アメリカでは日本食が一番良いと言われたんですが、日本に帰ると、日本ではメタボの増加が起っていました。食生活を見直すというのはとても大事なことでないかなと思います。地産地消については、アメリカではファーマーズマーケットが流行っています。米を一口食べると自給率が1パーセント上がると聞いたんですが、できることから始めるのが大事だと思っています。



石井：食育と健康づくり、両輪が回っていないとメタボは解消できないですね。それも少し健康の部分が強く関わった方がいいと思います。名古屋市の食料自給率は1パーセントしかないんですね。環境整備をしながらフードマネジメントを考えてもらってはどうかと思います。毎日の買い物で、「あっ、こんなに安い！」と思っても、実は外国産のものだったりするわけで、買う側はわかっているけれども、食べる側の方は、「産地」を考えながら食べるわけではないので、フードマイレージや環境を通した勉強があってもいいのではないかなと思います。もう一つは、食事を作る側が楽しくないと毎日続けられないというのが基本にあるので、私の主催する教室では、味覚体験から組み立てています。途中でつまみ食いをして味を確認することを何回もさせるんです。素材のおいしさとか、どうしたらどういう味になるかがわかる、そんな基本を大切にしたい教育をするんです。子どもたちには、創意工夫や想像ができるよう、でき合いの物は使わない。その中で必要な物がわかってくるし、それに対して自分達でどれだけ環境付加をしているのかということもわかってくる。だから私の教室は「食育教室」でありたいと思っています。企業さんのいろんなノウハウと一緒に使わせてもらって環境の問題や、クリエイティブな食育につなげていけば良いと思うし、とても豊かな提案ができると思っています。



田中：「3-A-Day」というキャンペーンをやってみて、明治乳業のキャンペーンではなくて、(社)日本酪農乳業協会でやっているんですが、「牛乳、ヨーグルト、チーズをどれでも自由に1日3回、または3品、食生活に取り入れて、健康に良い食事を実践しよう」という食生活改善運動です。

また、牛乳を使った食育の出前授業を行っていますが、ここでは自社商品のPRをしておりません。名古屋市内でもかなりの数の小学校で取り組んでいます。繰り返しながらやっていく事が重要です。単に自社商品売れば良いというだけではなく、日本の農業とか環境を含めて考えていくことを、子どもさんを通じて親御さんに伝えるということが明治乳業の食育活動の狙いです。



名古屋市：名古屋市では、食育応援隊と食育応援企業隊を設立させていただきました。隊員の皆さんが、それぞれの得意分野でやっている事は今までどおりやっていただき、それを横のつながりで、いろんな分野へ広げていただきたい、市民の皆さんには自分の興味のある事から入っていただきたいと考えています。食にはこんなに広がりがあるんだ、他にこんなにも影響を与えているんだということに気づき、

考えていただきたいという思いです。名古屋市食育推進計画にあります「みんなで食を考えよう」という基本コンセプトで、市民の皆さんに広げていきたいと思っています。本日のご意見を参考にこれからも食育の取り組みを考えていきたいと思いますので、よろしくをお願いします。



●座談会に出席された方は以下の皆さんです。

食育応援隊

- ・福谷 佳子さん(めいきん生協食育ボランティア「結い」)
- ・芳本 信子さん(名古屋文理大学短期大学部 栄養実態研究サークル)
- ・石井 ゆみさん(いしい ゆみの親子で食育たのしみ隊)
- ・神谷 友成さん(名古屋中央卸売市場本場水産部(中部水産株式会社))
- ・小久保 直好さん(子育て・美育・食育ネットワーク もぐもぐ倶楽部)

食育応援企業隊

- ・福澤 真沙子さん(カゴメ株式会社)
- ・田中 浩さん(明治乳業株式会社)
- ・池澤 久美さん(一般社団法人食の検定協会)