

2 研究の実際

(1) 佐賀県の食育推進の現状

食をめぐる課題を解決するため、食育の基本理念と方向性を明らかにした「食育基本法」が平成 17 年 6 月に成立、7 月に施行されました。これを受け、佐賀県では平成 18 年 3 月に「佐賀県食育推進基本計画」が策定されました。また、平成 18 年 4 月には県内の食育に取り組む消費者・生産者・教育・社会福祉・医療・CSO（市民社会組織）等の関係団体、企業及び行政機関が集い、佐賀県独自の組織である「食育ネットワークさが」が設立されました。さらに、平成 23 年 3 月には「第 2 次佐賀県食育推進基本計画」が策定されました。

平成 18 年から平成 28 年までの 10 年間で、全市町による食育推進計画の策定が行われ、教育関連機関等には食育担当者が設置されました。これにより、学校現場における取組の充実をはじめ、農林漁業、保健・医療、教育などの様々な分野における食育ネットワークが広がりました。現在「食育ネットワークさが」では団体や企業などの会員数が 240 になり、食育を通して、県民の心身の健康づくりと元気な地域づくりの取組が活発化しています。また、食育の考え方も普及し、各個人の健康への意識に関する指標においては向上の傾向がみられます。しかし、朝食の欠食状況や野菜摂取量の状況等においては、依然改善がみられない状態が続いており、各個人の行動変容がなされていない状況が分かります。特に、若い世代の野菜の摂取不足や欠食、20 歳代女性の痩せなどの課題が多くなっています。

そこで、食育の更なる推進を図るため、今後の施策の方向性を示した「第 3 次佐賀県食育推進基本計画」が平成 28 年 3 月に策定されました。この計画の推進期は平成 28 年度から平成 32 年度までの 5 年間とされており、この 5 年間で特に重点的に取り組むべきものとして 5 点が定められています。本研究委員会では、それらを以下のようにまとめました。

①「多様なくらしへの対応・健康長寿に貢献する食育の推進」

これは食の簡素化、外部化の進展など近年の食を取り巻く動向に対応したものです。国勢調査の結果を見ると、佐賀県では三世帯世帯が減少し、単独世帯、夫婦のみの世帯、一人親と子供世帯、65 歳以上の一人暮らし世帯の増加が目立っており、世帯構造が多様化しつつあります。また、共働き世帯の割合は全国 9 位と九州で一番高く、家族でそろって食事をする共食の機会が減ってきています。社会環境の変化に伴う家族形態や暮らしの状況が多様化する中で、一人一人の食に対する知識や意識、行動に基づく食環境の改善が良い影響を及ぼすことを啓発し、健康長寿を全うするために望ましい生活習慣を維持・定着させることが重要であることを広めていく必要があると考えられています。特に学校では、給食等での適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図る必要があるとされています。

②「若い世代を中心とした食育の推進」

佐賀県独自の調査である朝食等実態調査の結果によると、生活リズムの乱れなどによる朝食の欠食は幼少期から出現し、小学校、中学校と年代が高くなるにつれて朝食欠食率は高くなっています。成人の習慣的な朝食欠食率は、男性では 40 歳代、女性では 20 歳代において高い傾向にあります。それが始まった時期をみると、「小学校から」又は「中学校・高等学校から」が、5～6 人に 1 人の割合で出現しているという状況です。女性に関しては、思春期からダイエット志向が高まり、20 歳代の痩せは 3 割に及んでいます。思春期の痩せは骨密度の減少につながり、高齢期の骨粗しょう症を招くことにもなります。若い世代の食育を推進していくためには、若い世代に適切な量と質の食事を摂取するための方法や取組を情報発信し、特に学校では児童や生徒、学生の将来の食生活の自立を意識した基本的な生活習慣の定着に向けた取組を推進していく必要があると考えられ

③「佐賀の宝・食文化を守り継承する食育の推進」

佐賀県はハウスみかんと海苔が全国 1 位、玉ねぎ・大豆・アスパラガス・二条大麦は全国 2 位、れんこん・小麦は全国 3 位の生産量を誇っており、食材の宝庫といえます。全都道府県の食料自給率は約 40 パーセント程度であるのに対して、佐賀県は約 90 パーセントを約 10 年間保っている状況です。恵まれた生産県ではありますが、一方で野菜の摂取量は十分でない状況があります。身近に優れた食材があることについて情報提供を充実させることで、消費者でもある県民が誇りを持って、毎日の食事に取り入れることが望めます。また、日本最古の稲作の発祥地である菜畑遺跡や吉野ヶ里遺跡などから、古代人の食生活をうかがい知ることができますし、シュガーロード（旧長崎街道）沿いのお茶文化、菓子文化、発酵文化や食卓を彩る陶磁器など世界に誇れる宝があります。先人たちはこうした食にまつわる宝を、日々の生活や季節毎の祭り、行事の中で、日常食・伝統料理・郷土料理として伝承してきました。和食がユネスコ無形文化遺産として世界的に認知されるなど、和食への注目が高まっている今こそ、佐賀の郷土料理を含めた和食や食文化を伝承する食育活動を推進する必要があります。学校で給食等を提供する場合は、積極的に県産物を使用し、伝統的な食文化を継承した給食献立の活用などを工夫する必要があります。

④「生産から食卓まで食の循環や環境を意識した食育の推進」

いろいろな食材がどこでどう育っているのかについて興味や関心を持ち、こうした食材が食卓に上がるまでには多くの人々の様々な活動に支えられていることを実感し、感謝の念や理解を深めていくことが大切です。食事を調理・提供するにあたっては、地産地消の視点が必要です。地産地消を実践することで、消費者は生産者や生産地、生産方法が明らかで新鮮な農林水産物を安心して購入することができます。生産者は消費者のニーズを直接知ることができ、地域農林水産業の活性化にもつながります。また、輸送に伴うエネルギーを減らし、環境に対する負荷を軽減する視点からも、環境と調和のとれた食料生産とその消費に配慮することができます。こうした食の循環に対する意識を高めることで、食品の安全性をはじめとする食に関する幅広い知識と深い理解、多くの情報から適切な判断を行う能力の向上も期待できると言えそうです。まだ食べられるのに捨てられている食べ物、いわゆる「食品ロス」を減らすためにも、食べ物をもっと大切に消費していく意識を高める必要もあると言えます。

⑤「多様な団体との連携・協働による基盤の広がりによる食育の推進」

佐賀県では市町の推進計画はほぼ策定されていますが、市町の特性に応じた効果的な活動となるように行政同士のさらなる連携・協力が必要とされます。また、各教育現場においても各施設の教育方針に基づいた食育計画を位置付けることが重要だと考えられます。「食育ネットワークさが」の賛同団体も年々増加しており、各団体の活動が活発化してきているので、今後は個々の団体の活動にとどまらず、他の団体と連携した協働事業を深化させるなど、生涯食育を柱とした多様な食育を展開していく必要があります。学校現場においては、学習指導要領や学校給食法に基づく食育の推進を行う中で、栄養教諭のみならず、学校の教育活動全体を通して総合的に食育を行うことが求められています。関連する分野が多岐にわたることから多様な学習の時間を活用した取組を行ったり、学校給食を活かした食育を推進したりすることが求められています。

「第 3 次佐賀県食育推進基本計画」から、佐賀県の食育推進の現状について見ていきましたが、重点項目の 4 点目に挙げられているように健康面からの食育推進はもちろん、持続可能性や環境面を意識した食育を佐賀県としても推進していることが分かりました。

また、小・中学校においては、学校給食を生きた教材として活用しながら食育を推進していくことの重要性が、5項目中4項目で明記されていました。食に関する指導の目標は、一度の実践や指導で達成されるものではなく、少しずつ時間を掛けながら繰り返し行うことで理解が深まり、習慣化されるものです。したがって、給食の時間における食に関する指導は、食育を推進する上で大変重要になってきます。

さらに、平成 22 年 3 月に文部科学省から出された『食に関する指導の手引き』には、食に関する指導の内容として、次の 6 つの内容が示されています（表 1）。

表 1 食に関する指導の内容⁽¹⁾

①食事の重要性	(食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。)
②心身の健康	(心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。)
③食品を選択する能力	(正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。)
④感謝の心	(食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。)
⑤社会性	(食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。)
⑥食文化	(各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し尊重する心をもつ。)

※太字は、本研究委員会による。

本研究委員会では、子供たちに身に付けさせたい力のうち「食品を選択する能力」に着目しながら、佐賀県の食育推進基本計画の中の「食の循環や環境を意識した食育」の重点課題を踏まえて、児童・生徒に健康と環境に良い食を選ぶ力を育むための方法や手立てについて研究していこうと考えています。また、「食品を選択する能力」を本研究委員会では「食を選ぶ力(=食選力)」と表記することとします。ここでいう食とは、食品はもちろん食事内容や調理などを含むものであるという捉え方をしています。

《引用文献》

- (1) 文部科学省 『食に関する指導の手引き』 平成 22 年 3 月 p. 11