

究極の「食育」の場を 子どもたちに

文部科学省スポーツ青少年局 学校健康教育課学校給食調査官

田中 延子（談・敬称略）

私は、「料理をつくること」が究極の「食育」だと思っています。

料理をつくるためには、新鮮な食材を調達しなければいけない。地元の農産物に対する思いも開けますね。料理の仕方を知ることやつくることの腕をみがくのは当然のことですが、自分でつくったものは残さず

食べるし、つくったものを誰かに食べさせたいという思いやりの心を育むこともつながる。また、食文化の継承にもつながることもできますから、私は何よりも「料理をつくること」の場を子どもたちに与えてあげたい。子どもたちに料理をぜひやってもらいたい。私が学校栄養職員をして



五感を育む基礎体験として各地で盛んな子ども料理教室

食育基本法ができたことによって、みんなにもう一度、食への関心を取り戻し

危惧しています。食育を通じて教えられるべき体験からすると、食育は食を通じた人間形成が希薄になってきていることを

食育基本法ができたこと

心と身体を育むための健康づくりがなにより重要だからです。生活習慣病の増加、

そのためには厚生労働省を通じて、健康づくりの観点から食育の一層の推進を図る必要があると考えています。豊かな人間性をはぐくむ基盤として、健やかな心と身体を育うための健康

男性を中心とした肥満の増加、10代・20代女性での過度の痩身傾向等の背景には、野菜の摂取不足、食塩・脂肪のとりすぎ、欠食など、食がおろそかになっている状況がある。これらの問題点をどう改善していくかが課題です。一人ひとり

（次頁に続く）

「食育」は、健やかな心と身体を育むもの

厚生労働省健康局

生活習慣病対策室

栄養・食育指導官

古畑 公（談・敬称略）



ただ料理教室をするというのは、結構エネルギーがいるので大変だと思いますが、栄養教諭や学校栄養職員には、ぜひ料理教室を開いてほしいし、保護者の方には子どもと一緒に料理をつくるということをやってほしい。「自分の食べるものを自分でつくることができる」というのは、「生きる力」を育む「食育」のまさに基本だと思います。

（文責編集部）



ただ料理教室をするというのは、結構エネルギーがいるので大変だと思いますが、栄養教諭や学校栄養職員には、ぜひ料理教室を開いてほしいし、保護者の方には子どもと一緒に料理をつくるということをやってほしい。「自分の食べるものを自分でつくることができる」というのは、「生きる力」を育む「食育」のまさに基本だと思います。

（文責編集部）

食育教材編集・制作：農文協

●受託編集 食生活教材

食生活を考えよう

小学校高学年・中学生用



文部科学省が発行する食育の教科書ともいえる教材。2002年度より全小・中・高5年生と中学1年生に配布。各B5判、カラー24頁

●編集協力

「いただきます」が言えた日



農林水産省の若手チームがイラストからストーリーまで制作。少年が、食べ物がいかに大切で、食の世界を体験すること、食の大切さを痛感するまでを描く。

●リーフレット

田んぼの四季のごはん



田んぼの四季ごはん料理については、ビジュアルに編集（茨城県米消費拡大推進連絡協）

●単行本

阪神北摂わがまち 四季の食と農



地元の野菜・果物の来歴や生産現場、料理レシピを紹介（兵庫県阪神北摂民局）

地域の皆で食育推進を！

文科・厚労・農水 三省担当者のメッセージ

が自分の食に関心を持たな
て、食育推進のための環境
いと、その改善は実現しま
整備をすすめるなかで、学
せん。関心をどう持たせる
校、保育所、職場、地域な
かがこれから大きな課題に
どで、対象者のニーズにあ
なっていく。基本法ができ
った取組が継続的に行われ
(文責編集部)

「食育」で、「当たり前」を

取り戻そう！

農林水産省消費・安全局 消費者情報官補佐(食育推進班担当)

勝野 美江(談・敬称略)

いまは、本来「当たり前」のことがそうではなくなっ



ています。たとえば、子ど
もが親の手伝いをするこ
と、家族揃ってごはんを食
べること、あるいは農産物
には旬があつて、トマトは
夏しか食べられないという
ようなこと、これらは、「当
たり前」だったのに、いま
はすべてが便利になり過
ぎ、忙しくなり過ぎて、当
たり前ではなくなり、たく
さんの大事なことが見落と
されてしまっています。

最近の若いOLさんが部
屋をさがすとき、台所は要
りませんと不動産屋に話す
例が多くなったそうです。
料理を自分でなくても生
活ができる。そういう状況
幕別町立遠別小学校の食育活動



「食育コンクール2004」で優秀賞を受けた北海道
幕別町立遠別小学校の食育活動

のなかで食べることがおろ
そかにされている。いわん
や農林漁業のことなど全く
気にならないという状況で
す。それで幸せならいいか
もしれませんが、実は、心
も体も元気がないという状
態になっています。

食育とは、本来の「当
たり前」を振り返って、大切
なものをみんなで取り戻そ
うということではないでし
ょうか。例えば、自分で苦
労して作物を育てる、自分
で苦労して調理をする、あ
るいは誰かの苦労を知る、
そこにはたくさんさんの感動
があります。それによって心
が豊かになるし、そういう
ふうにつくられたものを食
べることによって体も元気
になるのです。

食育で何をすればいい
か。家庭で、学校で、地域
で何ができるか。そのピン
トが「地域に根ざした食育
コンクール」の入賞事例の
なかになんかあります。

それを参考に、できること
から始めていただきたい。
きつと感動や楽しさが待っ
ています。(文責編集部)

*「地域に根ざした食育コ
ンクール」の入賞事例と内
容は、農文協ホームページ
(<http://www.rurafnet.or.jp/>)
で紹介しています。

また、同コンクールへの応募
も受け付けております。

●教材セット 牛乳をテーマにした 食育教材セット



「丈夫な骨と体を作る
には？」という切り口
で、牛乳のある学校給
食の意義を見直す、C
D-ROM、ポスター、
食品カード等の教材セ
ット(JA全農長野、
長野県牛乳普及協会)

●パネル W杯サッカーにちなんだ 学校給食献立



来日したチームにちな
んだ学校給食の献立と
その国の食文化を紹介
(独立行政法人日本ス
ポーツ振興センター)

●ホームページ ながの食農教育 情報プラザ



学校の運営の
仕方、作物の栽
培、長野県の農
業、伝統食など
学校現場での食
農教育の取り組
みを支援するサ
イトの企画・運
営(JA長野中
央会)

<http://www.janis.or.jp/shokunounet/>

食育教材編集・制作:農文協

食育推進事業・教材編集制作についての
お問い合わせ、ご相談は、農文協提携事
業センターまで。