

福岡の野菜摂取量を増やそう！

～「ふうどむら」について～



概要

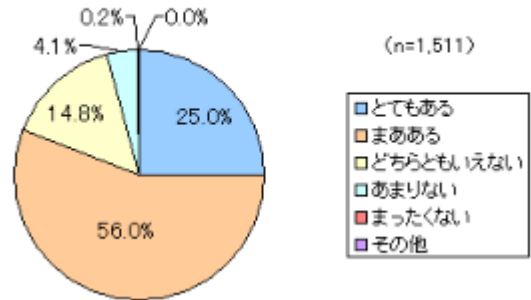
私たちの生活に欠かせない「食」。食を育む、「食育」という言葉は新しい言葉のように思えますが、この言葉は広辞苑にこそ掲載されていないものの100年前から存在するということが確認されています。今の私たちの生活ではスーパーやコンビニに行けばすぐに調理済みの加工食品や冷凍食品が手に入り、どの野菜も一年中買うことができるため、それぞれの野菜がどの時期が旬であるか知らないという人々も少なくありません。特に野菜を食す量は減っており、私の住んでいる福岡県は都道府県野菜摂取量ランキングでは男性 36 位、女性 39 位という結果(厚生労働省の国民健康・栄養調査(H24))が出ており、他の県に比べても野菜をあまり食していない県であると言えます。しかし、本来福岡県の風土ではおいしい野菜が育つ環境にあり、野菜は多く生産されています。食育を積極的に取り入れていくことは野菜の摂取量を増やすことの解決策の一つです。食育に関心がある保護者は多いですが、忙しさや自身の知識不足などによってなかなか家庭で実行していくのは難しいという現状があります。そこで、小学生が授業の一環で訪れることのできるひとつの「村」を作ることを提案します。この村の特徴は今までの農業体験施設のようなものではなく、生産から消費までの一連の流れを体験できるような仕組みを作ることです。この村で作る料理は福岡の郷土料理をメインにして、福岡の伝統的な食文化を知る機会も与えるようにします。この村での食育を通して世代を超えた交流も生まれ、福岡が心身ともに豊かな県になることに期待します。

食の現状について

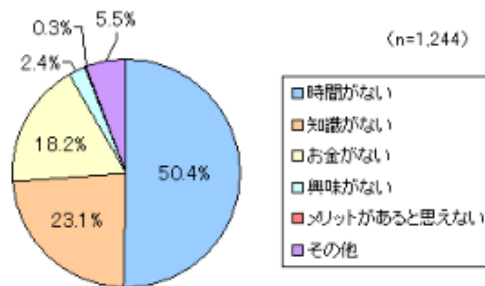
・食育への興味、難しさ

全国の保護者に対するアンケート^{*1}によると、食育に興味があるという人の割合は約8割に上ります。しかし食育に関しては困難だと感じている保護者が8割という結果も出ており、その理由として時間がないなどのいくつかの理由がグラフから読み取れますが具体的な意見としては「働いているので料理に時間がかけれない」や「食材がどう作られているかについて親自身も知識がない」などの声があります。食育は必要だとは感じているがなかなか実行するのが難しい、という現状があるようです。

【図1 「食育」に興味がありますか？】



「食育」の実践に関して、あなたが困難だと感じる原因は何ですか？】



*1 Benesse 教育情報サイトより

アンケート期間 2008/6/25～2008/6/26

回答者数:1,511人(就学前 145人、小学生 822人、中学生 344人、高校生 127人、大学生 46人、その他 27人)

・子供の野菜嫌い

次に、子供の野菜嫌いについて、子供の野菜嫌いの割合は年齢ごとに少しずつ変わっていますが全体では6割を超えています。近年全国で5位以内の出荷量に入る福岡県の野菜としてはなす、いちご、水菜などが挙げられますが、(福岡県発行資料:食料・農業・農村の動向)福岡県でよく採れる野菜のなす、水菜が子供の食べてくれない野菜10位以内にランクインしていました。

	(n)	%			
		以前からずっとある	以前はあったが、今はない	以前はなかったが、今はある	以前も今もない
全体	(800)	48.9	11.9	12.0	27.2
男子	3歳～小学校入学前 (100)	38.0	21.0	15.0	26.0
	小学校低学年 (100)	55.0	12.0	7.0	26.0
	小学校高学年 (100)	52.0	5.0	16.0	27.0
	中学生 (100)	42.0	7.0	12.0	39.0
女子	3歳～小学校入学前 (100)	50.0	18.0	8.0	24.0
	小学校低学年 (100)	45.0	17.0	10.0	28.0
	小学校高学年 (100)	50.0	10.0	15.0	25.0
	中学生 (100)	59.0	5.0	13.0	23.0

■ 子どもが食べてくれない野菜(10位まで)

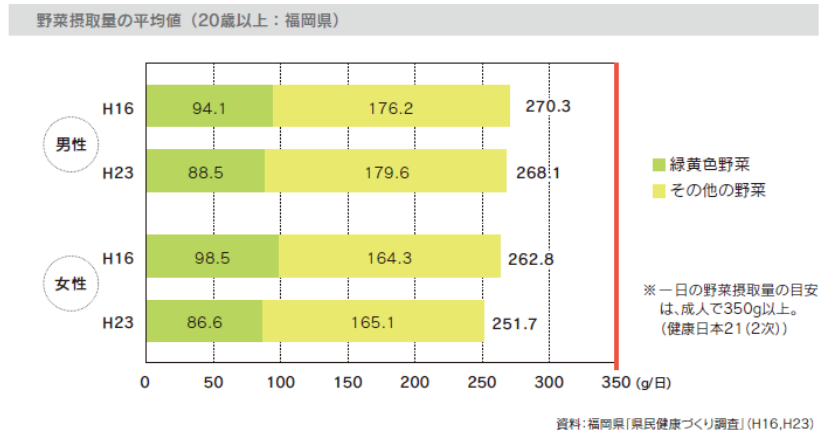
(n=800) (複数回答)

順位	食べてくれない	回答数	%
1	なす	260	32.5
2	ピーマン	208	26.0
2	しいたけ	208	26.0
4	水菜	183	22.9
5	オクラ	174	21.8
6	ニラ	166	20.8
7	エリンギ	155	19.4
8	ねぎ	149	18.6
9	トマト	148	18.5
10	アスパラガス	140	17.5

出典:平成23年8月 子供の野菜嫌いに関する調査(カゴメ株式会社)

・野菜を食べない福岡県民

「21世紀における国民健康づくり運動」の「趣旨」、「基本的な方向」、「目標」、「地域における運動の推進」などについて、その概要を解説するとともに各分野の数値目標を掲載した「健康日本21」(厚生労働省)によると一人当たり一日350gの野菜摂取が目標となっています。私



の住んでいる福岡県の野菜摂取量を見ると男女ともに350gを下回っています。

厚生労働省の国民健康・栄養調査(H24)によると野菜摂取量を都道府県で比べると福岡県の男性は47都道府県中**36位**、女性は**39位**です。全国的に見て福岡県は野菜をあまり食していない県であると言えます。

このように、食育に関心がありながらそれを実行するのは困難であり、子供の野菜嫌いも多く、成人の野菜摂取量も少ないという現状があります。これを踏まえて、子供たちが学校の授業の一環として訪れ、畑や市場の方々に教わり生産から消費までの流れを知り、野菜に興味を持つことにつながるひとつの「村」を作ることを考えました。



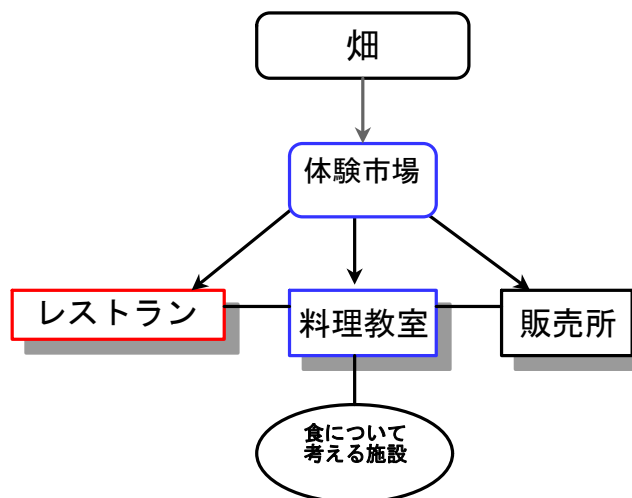
村の基本構想

「ふうどむら」 ふうど…“風土”と“food”

コンセプト

福岡の風土(food)を味わう村。対象は小学生4～6年生(社会の授業で農業や食品の流通経路について学んでいる学年、家庭科の授業を受けている学年)とします。授業の一環でこの村を訪れ、生産から消費までの流れを教わりながら自らの手で体験します。子供たちに野菜に興味を持たせることで野菜嫌いをなくすことがねらいです。また、郷土料理など食文化を学ぶ機会も与え、農家の方などと子供たちとのかかわりも生まれ、子供たちが学ぶだけではなくこの村に関わる人に自分の仕事の生きがいを感じてもらい、この村での食育が人々のつながりを生み心豊かになるような空間であるようにします。

< 村に設置する施設 >



1、畑

畑では子供たちが匂を感じられるように図の栽培時期カレンダーを例として本来の栽培時期に従い一年を通して様々な野菜を育てるようにします。子供たちは農家の方に栽培方法を習い、育てることの大変さを学びます。



県産野菜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
いちご	←										←			
なす	←													
トマト	←													
レタス	←												←	
青ねぎ	←													
ぶなしめじ	←													
なばな	←								←					
えのき	←													
きゅうり	←													
アスパラガス	←													

例 栽培時期カレンダー

(福岡県農林水産物ブランド化推進協議会)

2、体験市場

体験市場では、模擬競り体験や、加工場で袋詰めを体験します。ここでは野菜の商品としての価値を学びます。



3、料理教室、販売所、レストラン

料理教室では献立を福岡の郷土料理をメインにして子供たちに福岡県の食文化を感じてもらいます。料理教室を通して子供たちと地域の方との交流も生まれます。販売所では市場で包装された野菜や、加工品を販売します。レストランのメニューも福岡県らしさを出すようにします。



4、食を考える施設

栄養バランスなど食について子供たちが楽しみながら学べる場所を作ります。栄養教室などを開くホール、会議場を設けます。



保護者の方も参観などでこの村を訪れ、子供と一緒に学ぶ機会をもつことができ、その他に一般の方も販売所やレストランを利用することが出来ます。

「ふうどむら」を創り福岡県の野菜摂取量が増えれば、心身ともにより豊かな県となることができるでしょう。