

「学ぶ」「創る」「耕す」 霧島の食育活動の 新たな展開

NPO法人霧島食育研究会代表

ちば
千葉しのぶさん

Shinobu Chiba

日本には食べ物があふれ、いつでもどこでもどんなものでも、お金さえあれば手に入れることができる。野菜や果物の旬は



ここで「畑んがっこ」が行われる。

薄れ、また海外からの食品の輸入拡大で食料自給率も低下の一途をたどっている。日本の主食である米の一人当たりの年間消費量は、昭和37年に比べると約5割も減少し「米離れ」の現象は著しい。食卓には調理の簡単なインスタント食品や出来合いのそう菜が並ぶようになり、一層高タンパク、高脂質の欧米型になってきている。このような食生活の変化が生活習慣病増加の一因となっている。

そんな現状に疑問を持ち、何かできることをしたいとの思いから平成16年1月に旧霧島町に誕生したのが霧島食育研究会。霧島に在住もしくは勤務する管理栄養士や食生活改善推進員、社会福祉士、公務員など15人で構成され、食育に関するさまざまな活動を行っている。

設立の際に発起人となり、現在、研究会の代表を務めるのが千葉しのぶさん。

自らもフリーの管理栄養士で、乳幼児健診や健康教室、料理教室、講演会など多忙を極めるなかで、研究会の活動にも積極的に取り組んでいる。

千葉しのぶさんに活動を通して感じたことや食育への思いについて語ってもらった。

知識だけではなく知恵を学ぶ



年1回開催される「霧島・食の文化祭」。3回目となった平成18年度は、延べ1000人が参加した。

なぜ研究会を

管理栄養士として自治体などの健康教室や検診に携わる中で、子どもたちを取り巻く食の環境に疑問を感じるようになりました。そんな時に食育という言葉を知り、何か自分も関わりたいと思って、子どもの料理教室などで食の大切さやジュースなどに含まれる砂糖の量を教えたりしていましたが、一人では活動の幅も狭く、限界を感じていました。そこで区内の栄養士や食生活改善推進員、社会福祉士の方々に「霧島ならではの食育活動を一緒にしてみませんか？」と声を

かけたところ、みんなが賛同してくれたんです。

現在は会員も増え、医療学校福祉施設、子育てサークル、読書活動サークル、公務員、農業など多様な職種による専門的な視点と、地域での生涯学習分野や保健分野におけるボランティア活動で育まれた地域に根付いた活動の視点を掛け合わせた運動の展開を目指しています。

どのような活動を

「学ぶ」「創る」「耕す」という3つの目的を持って活動しています。その目的に合わせて「霧島食育プログラム」という食育を学ぶ講座や研究会の1年間の集大成ともいえる「霧島・食の文化祭」というイベントを関係団体の支援や地域住民の参加を得ながら開催しています。また、「霧島・畑はたけがつこが（学校）」という昔から霧島で作られてきた大豆などの作物を栽培・収穫して、調理・加工までするプログラムに取り組んでいます。

NPO法人の存在価値は、官と民の間にある「公助」をサポートするものであると考えています。保健、農業、教育といった異なる分野の課題をNPOの活動でつなぎ、食の文化祭をはじめとする各種事業で主催者と参加者という対局の関係では

なく、住民が参画し、住民が主役になれる取り組みを展開しています。

活動を通して感じたことは

食の文化祭では家庭料理大集合というコーナーがあって、地域の方々に家庭料理を1品ずつ持ってきてもらうんです。全部で150品ほど集まりますが、参加してくれた人たちが、料理を並べた時にはもう来年の料理のことを考えると話してくれます。1年後に出す料理を一生懸命思い描いたり、事前につけてみたりすると思うのですが、それが霧島の食文化を守り伝えていく原動力になっていくのではないかと感じています。

私たちの食育活動は、食育は生きる上での基本であり、知育、徳育および体育の基礎となるべきものであるという食育基本法の理念を大切にしつつ、霧島に存在する「人」「もの」「情報」を基盤にしながら、地域の風土と食文化に軸足を置いた事業を展開しています。

また、事業では主催者、参加者、講師なども共に学び、共に気付きあう学びの場をつくるという「共感的な人間関係づくり」を大切にしなければいけないと感じています。

目指す食育とは

今、食育という言葉がいろいろな意味で使われていますが、私は家に帰って来た

子どもが「おなかがすいたー。今日のご飯はなにー？」と言いなながら台所の鍋をのぞく姿、そういう環境があること、独り立ちしてからも「我が家のあの料理が食べたい！」と思うこと、「この料理を見たり、作ったりすると思えば、声や姿があること」が究極の食育だと思っています。

栄養バランスを整えるとか調理技術の知識を学ぶだけではなく、昔からここに住む人たちが培ってきた知恵を学ぶこと、そしてそれを次世代に残していくこと、そんな活動をこれからも続けていきたいと思っています。



家庭料理大集合に出された「母ちゃんの声」という題名の高菜の握り飯。出品者は、これを見たと今でも亡き母の「畑に行ってくて、おやつは高菜の握り飯があつて」という声が聞こえるという。

今年は11月18日(日)に「霧島・食の文化祭(第4回)」が霧島市の霧島保健福祉センター(神之湯隣)で開催されます。

◆問い合わせ先

NPO法人霧島食育研究会

0995(57)1360(千葉さん)