

【食育活動実践プロジェクト実施業務 事例紹介】

実施団体名	フードエデュケーションあおもり（代表 江利山瑠子）（青森市）
実施年度	令和元年度
実施概要	<ul style="list-style-type: none"> ・体験会参加者対象の食事に関するアンケート調査 ・縄文調理体験会の実施

1 フードエデュケーションあおもりについて

地域の子どもたちの健全な育成と子育てに悩む親を対象に、日常的な活動による地域とのつながりと居場所を提供し、人と人とのふれあいによる地域共生社会を目指した支援を行い、人が自己表現を喜びとして人生を楽しめる地域社会の構築に貢献することを目的に、食育推進、子どもの健全育成に向けた活動を行っている。

2 事業目的

飽食の時代と言われる現在、青森市においても、近隣のコンビニやファストフードなどでは、24時間いつでも食べ物が手に入る便利な社会になった。

その一方で、食料の豊富さや簡便さを享受する中であって、子どもたちなど地域住民にとって、「食事はお金を出せば手軽に食べられるもの」「誰かが用意してくれるもの」という意識が高まり、「いのちをいただくこと」や「食べる」ことへの感謝の念が薄れるとともに、食べられるものが廃棄される食品ロスが社会的課題となっていることなど、「食の大切さ」への意識が失われつつあるのではないかとの思いがあった。

青森市内には、小牧野遺跡や三内丸山遺跡など縄文時代の遺跡が数多く残されている。縄文時代、青森県に暮らしていた古代人は、青森で採れるものを食べており、自然と地産地消の暮らしをしていた。

この「縄文時代の食」を学ぶことで、食の大切さや地域の食文化について理解を深めることができるのではないかと考え、私たちの生命の源である「食」の大切さを再認識し、食への感謝の心を身につけてもらうため、青森市内の親子を対象に、四季折々の食材を山、川、里から豊かに得ていた「縄文時代の食」について学ぶ体験会を実施した。

3 事業内容

(1) 地域が抱える「食」の現状や課題を把握するための調査・分析

体験会参加者を対象としたアンケート調査の実施

内容：子どもたちの食事への意識について、家庭での食事環境について

【アンケート結果（子ども対象）】回答数 45

問1 ご飯づくりは難しかったですか。	大変だった 51%、思ったより大変ではなかった 18%、簡単だった 31%
問2 縄文時代は子供もご飯づくりのお手伝いをしていました。料理の手伝いをしていますか？	いつもしている 9%、時々している 82%、まったくしていない 9% (お手伝いの内容：配膳、食事の準備、玉子焼き等の軽作業 等)
問3 いつものご飯は全部食べていますか？	全部食べています 48%、時々残す 48%、いつも食べきれない 4%
問4 朝ご飯は食べていますか？	毎日食べる 91%、時々食べないことがある 9%
問5 朝ご飯は誰と食べていますか？	家族全員 39%、家族の誰かと 59%、ひとりで 2%

問6 昼食と夕食の間におやつは食べていますか？	食べる 55%、時々食べる 38%、食べない 7%
問7 おやつを食べる人は、何時頃食べますか？	時間を決めて 40%、おなかがすいたときいつでも 60%
問8 嫌いな食べ物はありますか？	ありません 26%、少しある 64%、たくさんある 10%

【アンケート結果（大人対象）】回答数 33

問1 あなたは「食育」という言葉やその意味を知っていますか。	言葉も意味も知っている 75%、言葉は知っているが意味は知らない 25%
問2 あなたは「食育」に関心がありますか。	関心がある 65%、どちらかといえば関心がある 32%、わからない 3%
問3 あなたは日頃から「食育」を何らかの形で実践していますか。	積極的にしている 23%、できるだけしている 48%、したいと思うがしていない 20%、したいと思わない 3%、わからない 6%
問4 食育をしたいと思っているが実際にはしていない、したいと思わない、と答えた方 あなたが食育を実践していない理由はなんですか。	仕事等で忙しい 25%、食費を安くすることが重要 53%、食育をよく知らないから 22%
問5 あなたは主食、主菜、副菜を基準にバランスを考えた食事ができていますか。	ほとんどできている 12%、概ねできている 55%、あまりできていない 33%
問6 あなたは、安全な食生活を送るために、「食の安全・安心に関する基礎的知識」をもとにどの程度、判断していますか。	いつもしている 26%、判断している 55%、あまりしていない 16%、全くしていない 3%
問7 農林水産物や加工食品を購入する際「国産品」にどの程度こだわっていますか。	とてもこだわる 25%、まあこだわる 57%、こだわらない 18%
問8 農林水産物や加工食品を購入する際「県産品」にどの程度こだわっていますか。	とてもこだわる 9%、まあこだわる 61%、こだわらない 30%

(2) 地域の実情に応じた食育活動

① 鶏肉や豚肉の縄文調理体験会の実施

開催日：令和元年9月1日（日）

場 所：小牧野遺跡

参加者：親子など 45名

内 容：遺跡保護センターのスタッフに遺跡を案内してもらい、縄文人が何を食べていたのか、どんな暮らしをしていたのか学んだ。

調理体験では、鶏肉と豚肉を黒曜石のナイフで切ってバーベキューを行った。

ワークショップでは、縄文の館・小牧野館にて、土器づくり体験をした。



② 縄文クッキーづくり体験会の実施

開催日：令和元年11月3日（日）

場 所：小牧野遺跡

参加者：親子など 46名

内 容：栗ごはん、きのこたくさん野菜スープ、縄文ハンバーグを調理。

その時期に採れるものを食べる縄文人は、季節の移り変わりにも敏感で、旬のものを美味しく食べていたことを学んだ。

ワークショップでは、どんぐり粉の入った、縄文クッキーづくり体験をした。



③縄文鍋調理体験会の実施

開催日：令和元年12月22日（日）

場 所：小牧野遺跡

参加者：親子など 25名

内 容：青森の食材をふんだんに使った、縄文鍋を作った。
土地で採れるものを食べる、ということで、青森では何が採れるのか、を学んだ。
ワークショップでは、どんぐり粉、くるみ入りの縄文クッキーで、三角形岩板を作った。



4 まとめ

参加した子どもたちからは、「楽しかった」「また来たい」との声があり、大人からも、「興味深かった」と感想をいただいた。

楽しみながら「あおもりの食」を学んでもらうことができたと考えている。

青森県を含む「北海道・北東北の縄文遺産群」が世界遺産の登録候補となり、注目度が上がっている。そのような中で、今回の体験会への参加者の皆さんには、縄文時代の食文化を学び、この土地に暮らした祖先の食や生活の知恵を知り、食の大切さを知るとともに、青森県そのものへの愛着と誇りをもってくれたのではないかと感じている。

今後も、定期的に縄文食育体験会の実施を予定しており、「楽しい、おいしい、アトラクション」風に、間口を広げて子どもたちの気持ちを惹き、食への興味を引き出す活動を続けていきたい。