

子育て・若者世代への和食文化普及推進検討会での意見・提言

日本人の伝統的な食文化である「和食」について、母子保健や和食文化に造詣が深い有識者が集まり、子育て・若者世代への継承のあり方を検討する「和食文化普及推進検討会」が開かれました。子育て・若者世代の現状や和食文化普及への課題と方法について話し合いました。



子育てがしにくい社会といわれる今、和食や地域交流を通して、保育園にできることを実践する



社会福祉法人ユーカリ福祉会
市川保育園 園長
齋藤武 先生

園が実施する和食献立の素晴らしさを実感し、和食を見直す家庭も増えています。

当園では、季節感のある和食献立を中心とし、園児たちは各教室の炊飯器で炊き上がる御飯の香りに包まれながら、毎日仲良く給食を食べています。核家族が増え、家庭の食卓での和食継承が難しくなっていますが、園では年中行事をはじめ、野菜の栽培や収穫、切り干し大根や味噌作りなど伝統食に触れる機会も大切にしています。また地域のお母さん方の子育て支援に繋がればと、月に二度、近隣の親子も交えた交流会や、給食室の管理栄養士による離乳食の作り方・進め方の講習会などを行っています。これからは職員全員で連携をとりながら地域の子育て支援に貢献する必要があると考えます。

ハレの食事のコツは
普段にひと手間加えて
ハレを演出すること
工夫次第で楽しく段取り



一般社団法人
日本家政学会食文化研究部 会長
大久保洋子 先生

和食の献立の基本の基本は「御飯と汁物」に箸、そしておかずを添えて楽しく食べること。

「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されて、私たちの食生活を見直す良い機会となっています。豊かな食環境に恵まれていますが、毎日の食事作りは大変です。特に育児と仕事を抱えている現代のお母さん方は限られた時間の中で多大な労力を費やしています。情報の嵐の中でより良い選択をしてお子さんの健やかな成長と家族の健康を願って食事を作っています。普段とハレの食事を上手に使い分けてメリハリをつくることをお勧めします。そのために得意な料理をいくつか持って、普段は少し手抜きをしてもハレの食事でちょっと手間をかける工夫をしましょう。そしてハレの食事の意味をお子さんにはぜひ話して継承してください。

健康、食育、地産地消、和食推進など
自治体内で連携し合える
風通しの良い環境づくりを



船橋市健康政策課
小林亜也子 氏

人口 60 万人超の船橋市でムーブメントを起こしつつある味噌汁は忙しいママにも優しい。

船橋市では、「船橋の食材で健やかになる具だくさんみそ汁」を推進する活動を、市民の皆様、生産農家の方、漁港や市場の方にもご協力いただき、2016 年から実施しています。市民主体で歌や動画も制作され、評判も上々です。育児と仕事を両立する家庭で、市販のお惣菜などを活用する時も、味噌汁だけは手作りで毎日の生活に取り入れることも提案しています。家庭での和食推進には様々な分野が関わってくるので、自治体の複数の課が連携して風通し良く進めていく体制作りが必要だと考えます。

どんな子どもにも育ってほしいのか
みんなが同じ目線で考え
食を通して子どもが
学ぶ姿を共有する



東京家政学院大学 現代生活学部
健康栄養学科 教授
酒井治子 先生

「食べたいものが増える子どもに」
「食べものを話題にする子どもに」
「一緒に食べたい人がいる子どもに」
そんなことを願っていくと、そこには日本元来の「和食」がある。

子どもに、また、その親世代に「和食」を教え込もうと思わず、子どもが発見し、感動する姿を親が見れば、みんなの心が動かされます。大人たちが忘れていたもの、心の奥底にある原風景を思い起こさせてくれます。「和食」というモノから始まるのではなく、郷土を慈しみ、そこで暮らす人々、親や祖父母、地域の人々を巻き込むことで、子ども自身が食文化を取り込んでいく、文化化していくことを支えてくれます。真っ白な気持ちで食に向き合い、目で、鼻で、耳で、舌で、味わってくれる子どもの特性を生かして、親と子が響き合う、伝え合う、楽しみ合う場、「和食」を囲む場を作っていくことが大切だと思います。

皆様の食育に
自然を尊重するという
「和食」のエッセンスの取り入れを



農林水産省 食料産業局
食文化・市場開拓課和食室 室長
西経子

子どもと一緒に、出来ることからひとつずつ。和食文化を毎日の生活に取り入れていただき、食育活動の幅がより一層広がるようなモデルの提案をしていきます。

私たち日本人の生活は、春夏秋冬、四季の移ろいがあり、地域の特色溢れるお節料理やお雑煮から始まり、年越し蕎麦を食べて一年を締めくくります。「和食」とは、こうした「自然」を尊重するという日本人の精神に基づいた食に関する習わしです。このような和食文化のエッセンスを子育て世代の皆様毎日の暮らしの中に取り入れていただく取組を、今年度スタートしました。子どもと一緒に、出来ることからひとつずつ。全国のパパ・ママ、保健師・栄養士の皆様からいただいた感想やご意見を踏まえて、食育に携わる皆様のご自身の活動において実践できるモデルを提案していきたいと思っております。