

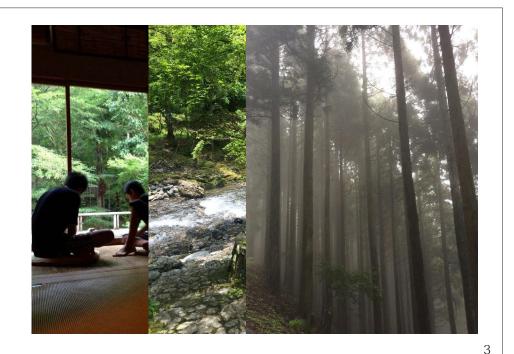
「生きる力を育む食事と 子どもたちの成長」

料理研究家 大原千鶴

+ 私の食育ち



実家の美山荘外観



+得られたもの

- ■お手伝いを通じて段取りを学ぶ
- ■賄いを通じて喜んでもらう喜びを知る
- ■食材の下処理を通じて食べることへの感謝を学ぶ
- ■接客を通じてマナーを学ぶ
- ■大勢の大人との生活を通じて忍耐とコミュニケー ションと生活文化を学ぶ
- ■自然の中での生活を通じて哲学を感じる

+子どもへの取り組み





+ 年長さん料理教室



О







+ 学生~大人の実情

- ■食文化論の学生たち
- ■忙しい現代人
- ■小さい頃の食育がベースになる
- ■年齢が上がっても食の意識は変わらない
- ■生涯を通じての食育の課題



[⊤]食を取り巻く問題

- ■食料自給率 (カロリーベース) 1965/73% 2019/37%
- ■フードロス 年間643万トン 内4割は家庭から
- ■内食の減少 中食、調理食品にはパッケージが必要
- ■海洋プラスチック、地球温暖化(ゴミ処理費用・フードマイレージ)バーチャルウオーターなどの社会問題
- ■国産国消の大切さ 自国農地の有効利用
- ■暮らしに時間のゆとりがない 6割の人がそう感じて いる

⁺食育BOOK**の活用**

- 配布だけでも効果あり?!
- まずは食べることを好きになり、興味を持ってもらう
- 食の中にある科学、自然環境、システム、社会問題に意識を向ける
- 諦めない、希望ある未来を作るために!

BOOKの活用で想いが一つに ⇒小さなことから 日々の改善を願って

*家庭での取り組みの格差



- ■小学生弁当の話
- ■各食品メーカーのジレンマ
- ■時間とお金と食育がない
- ■便利さの価値
- ■学校への押し付け
- ■それでも繋がりたいと感じている
- ➡親世代からの食育&貧困の解消

10

9