

平成２７年度 地域づくり海外調査研究事業調査報告書

地域連携による食教育の効果

～イタリア・味覚教育センターの取り組みに学ぶ～

調査地：イタリア・プラート市（味覚教育センター）

調査日：平成２７年６月５日

平成２７年８月

一般財団法人 地域活性化センター

振興部 広報室

木瀬 雪江

目 次

<u>1. はじめに</u>	P. 1
<u>2. 食教育はなぜ必要か</u>	P. 1
<u>3. イタリア・味覚教育センターの取り組み</u>	P. 2
(1) 味覚教育センターの概要	P. 2
(2) 味覚教育センターの活動	P. 3
①五感を使った体験的食教育	P. 3
②教師の養成	P. 4
③父母の養成	P. 4
④学校菜園プロジェクト	P. 4
⑤「給食に生魚を」プロジェクト	P. 6
⑥「地元のパンを給食に」プロジェクト	P. 7
<u>4. 学校における食教育がもたらす効果</u>	P. 7
<u>5. まとめ</u>	P. 8
<u>6. おわりに</u>	P. 9

1. はじめに

日本の各地域には、それぞれに祭など伝統的な行事や季節ごとの風習などに結びついた食文化と固有の多彩な食材がある。しかし、食の多様化、食文化の担い手の高齢化などが進み、地域に伝わる優れた伝統的な食文化の保護・継承に危機感を持たざるを得ない状況となっている。

こうした状況を踏まえ、食育基本法（平成 17 年法律 63 号）では、国及び地方公共団体に対して「伝統的な行事や作法と結びついた食文化、地域の特色ある食文化等我が国の伝統のある優れた食文化の継承を推進するため、これらに関する啓発及び知識の普及その他の必要な施策を講ずる」ことを求めている。

また平成 25 年 12 月には、「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコの無形文化遺産に登録され、私たち日本人はその食生活を見つめ直し、食育などを通じて食文化の保護・継承を進める必要性に迫られている。

本調査では、イタリアの事例を手掛かりに、日本における食教育の取り組みのあり方について検討する。

2. 食教育はなぜ必要か

(1) 食生活の変化への対応

わが国を取り巻く社会経済情勢などの変化は、私たちの食生活や食に対する考え方にも影響を与えている。日常生活や経済活動において利便性や効率性が追求されるなか、食についても外食や持ち帰りの惣菜など、従来は家庭で調理していた食事を外部に依存する「食の外部化」が進んでいる。その結果、時間や手間のかかる手作りの家庭料理や伝統的な日本料理が食卓に上がる機会が減少している。

また、脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足、朝食の欠食に代表されるような栄養の偏りや食習慣の乱れは、肥満や生活習慣病の増加などの問題に大きく影響を及ぼしている。特に、子どもたちが健全な食生活を実践することは、健康な心身をはぐくむために欠かせないものであると同時に、将来の食生活の形成に大きな影響を及ぼすと考えられている。

東京医科歯科大学の研究グループの調査¹によれば、甘味・酸味・塩味・苦味という基本となる 4 つの味覚のいずれかを認識できなかった子どもは、調査対象の小学 1 年生から中学 3 年生までの 349 人のうち、31%にのぼるという。味覚を認識できなかった子どもは、加工食品などの味の濃いものや、人工甘味料を使った飲み物などを頻繁に口にしていたそう。味の濃いものばかり食べていると、薄味では満足できなくなり、さらに味の濃いものを好むようになる。その結果、味覚を認識する力はさらに鈍くなり、食生活の乱れや生活習慣病につながるおそれがある。こうした事態を防ぐためにも、子どもの食教育に取り組み、味覚を育てていくことが必要である。

¹東京医科歯科大学・植野正之准教授の研究グループの調査

(2) 日本の原風景を守り、農林漁業が持続的に発展するために

わが国の国土の約 4 割は、里地里山で占められている²。里地里山とは「集落を取り巻く農地、ため池、二次林と人工林、草原などで構成される地域²」であり、里地里山を特徴づけている水田、畑などの農地や山林、草地などと集落が一体となった景観は、各地の自然的・社会的条件に応じて多様であるが、それぞれがふるさとの「原風景」として地域住民の心のよりどころとなってきた。

里地里山は、農業、林業などの人間の活動が、地域で培われてきた知識や技術を活かしながら風土に根ざした形で繰り返し持続的かつ安定的に行われてきた結果形成され、維持されてきたものである。また、長年にわたる人と自然のかかわりを通じて培われた地域固有の食や工芸、伝統行事などの生活文化を後世に伝える場であること、わが国の生物多様性を支える重要な地域であることなど、里地里山の重要性に対する認知度が高まっている。

一方で、里地里山の維持・保全に不可欠な農業、林業などを取り巻く環境は厳しい。農業を例にその現状をみると、農家数は減少傾向にあり、2005 年から 2010 年にかけて、284 万 8 千戸から 252 万 8 千戸に減少している³。また、同様の期間において基幹的農業従事者⁴数は 224 万人から 205 万人に減少、平均年齢は、64.2 歳から 66.1 歳へと高齢化している³。農業の持続的発展を図っていくためには、新規就農者を確保し、その育成を図るなど様々な側面からの取り組みが必要であるが、「生産者の援護だけでなく、その価値を理解し、守っていこうとする消費者（食べ手）の養成が重要である」という観点からも、食教育に取り組む必要がある。

3. イタリア・味覚教育センターの取り組み



(1) 味覚教育センターの概要

味覚教育センター（以下、「センター」という）は、イタリアトスカーナ州プラート市に事務局を持つ、民間の非営利団体である。その設立の歴史には、スローフード協会が大きく関わっている。

スローフード協会は、1989 年にイタリアピエモンテ州ブラ市に本部をおいて設立された非営利団体で、伝統食材等の保護や生産者の支援、消費者への味覚教育などを

²里地里山保全活用行動計画（平成 22 年 9 月、環境省）

³農業・林業の動向（平成 24 年 3 月、農林水産省）

⁴自営農業に主として従事した 15 歳以上の世帯員（農業就業人口）のうち、普段の主な状態が「主に仕事（農業）」である者

中心に行っており、日本をはじめ世界 150 カ国以上に展開し、10 万人規模の会員を持つ。1996 年から味覚教育のための教師養成を始め、1998 年にはプラート市に食教育事務所を設置し、五感を使った体験的食教育に本格的に取り組むようになった。この食教育事務所が、2007 年にスローフード協会から独立し、味覚教育センターとなった。

現在センターでは、各地域にある伝統的で質の高い食品をどのように継承していくか、といった地域レベルでの調査研究事業や、教師が学校で食教育を実践する手法を身に付けるための講座の開催、地方公共団体の食教育プロジェクトへのアドバイスなど、食に関する様々な事業を行っている。その活動費は、地方公共団体と行う食教育に関する様々な共同プロジェクトや、教師の養成講座を実施することで賄われている。

センターの代表はスローフード協会創成期からのメンバーであるアレッサンドロ・ヴェントゥーリ氏である。そのほかセンターの運営に、5 人の味覚教育教師養成資格者のほか、生物多様性や歴史など様々な分野の専門家および各プロジェクトを担当するボランティア、大学生のインターンなどが関わっている。

(2) 味覚教育センターの活動

今日の味覚教育センターの主な活動は以下のとおりである。

①五感を使った体験的食教育

私たちは食事をする際に、視覚、触覚など五感を使って食べ物を認識し、食べる・食べない、美味しい・まずいといった判断をしている。センターでは、子どもたちが楽しみながら食事における五感の重要性を学べるよう、「匂いあてゲーム」や何の野菜か手で触って当てるゲームなど、体験的食教育を実施している。

味覚の授業では、味の基礎となる 5 つの要素—「塩味、酸味、苦み、甘味、うま味」についての知識や、味わうことの楽しみに触れる。たとえば、小さなコップにそれぞれ塩、酢、ビターチョコレート、砂糖、コンソメスープを入れたものを用意し、子どもたちに味見してもらい、そしてどんな味がするか、また鼻をつまんで再度味見するとどう変わったか、などを問いかけていく。

ヴェントゥーリ氏は「食教育には栄養学的な発想もちろん大切だが、栄養価や栄養バランスだけを強調した学習は、子どもたちの心に響かず、食の大切さに気付きにくい。食べ物を五感で認識・選別し、理解する仕組みを体感することで、同じ種類の食べ物でもいろんな違いがある、ということを分かる子供に育てることが必要だ。現代は、食の工業化が進む時代であり、こうした時代で成長する若い世代への投資が最も大切だと考えている」と話す。

なお、体験的食教育は日本でいう「総合的な学習の時間」のように授業内容に分野の定めのない自由に使える時間を利用して実施されており、体験的食教育を取り入れるかどうかは、学校単位あるいは市や州単位で判断している。

②教師の養成

センターは、イタリア教育省から味覚教育教師養成機関として認定を受けており、各学校の教師たちが上述の体験的食教育の授業を行えるよう、養成講座を開催している。これは国の助成金を利用して、市町村の教育部門がセンターへ依頼して実施するものである。養成講座への参加は教師の任意で、参加する教師の専門分野にも制限はない。基本講座では、1日あたり6時間の講義と実習が2日間にわたって行われる。なぜ食教育が必要なのかといった理論的な講義や「匂いあてゲーム」などの体験を通して、教師たちはそれぞれ自分の専門分野を活かした、自分なりの食教育授業の計画をたて、後日学校で実践している。これまでに延べ約12,000人の教師がこの養成講座を修了している。

③父母の養成

子どもの食生活を変えるには、保護者が食生活への配慮や食教育の重要性を理解し、家庭でも積極的に食教育を進めることが必要である。センターでは、年に3回保護者とのミーティングを開き、五感を使った食教育の体験や地域食材の試食会、勉強会などを行っている。回を重ねるごとに、保護者同士も打ち解けて、食教育を通じた子どもたちの変化や、家庭で実践した食教育の様子について語り合うようになるという。

保護者とのミーティングで重要なのは、ただ単に食教育が重要だと訴えるのではなく、具体的に毎日の買い物や食事のなかで気を付けるべきことや、工夫できることについて、保護者がイメージできるように伝え、実践する体制を整えることである。

幼いころに食べた食品の印象はその後の食習慣に大きな影響を与えるが、保護者が限られた食品だけを選んで子どもに与え続けていると、子どもの食の世界が限定的なものとなる恐れがある。保護者が家庭でもたくさんの味や香りを体験させることで、子どもの食の世界が広がっていく。

④学校菜園プロジェクト

センターでは、プラート市と共同で「菜園を食べよう」と名付けた学校菜園プロジェクトを進めており、市内のすべての学校に菜園を実現することを目指して活動している。現在は市内の23の保育園・幼稚園・小中学校でプロジェクトが進んでいる。

今回の調査では、プラート市立 Pier Cironi 中学校の学校菜園を視察した。校庭の一角に設けられた菜園には、一つあたり2×4 mほどの大きさの畑が4つあり、長ネギ、バジリコ、セロリ、ズッキーニ、玉ねぎなど約20種類の野菜

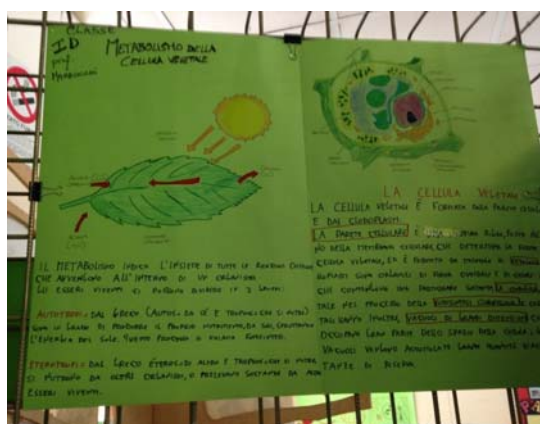


Pier Cironi 中学校の学校菜園

の栽培が行われている。また、ローズマリーやセージなどのハーブが植えられた一角のほか、あんず、なし、りんご、桃などの果樹も植えられている。

菜園の世話は、生徒や教師だけでなく保護者からも世話人を募って行っている。特に3か月の夏休み期間中には、ひと夏、菜園の世話をしてくれる家庭を募り、菜園の収穫物をそのお礼にしている。そのほか近所で暮らすお年寄りやボランティアも菜園の世話に関わっており、子どもたちが近所のお年寄りに野菜に関する質問をしたりと、菜園をきっかけに地域内のつながりが生まれている。

学校では、理科や家庭科、美術、宗教などいろんな分野の教師がそれぞれの専門分野を活かして、菜園を利用した授業を行っている。家庭科の授業では、収穫物を使って地

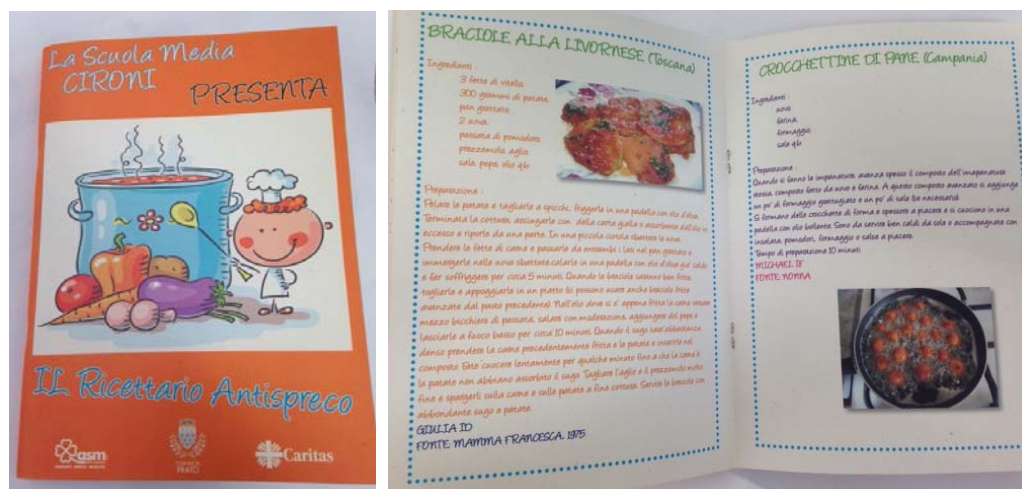


学校菜園の植物で理科の授業



美術の授業で学校菜園の樹木をスケッチ

域の伝統料理を作ったことがきっかけとなって、子どもたちが母や祖母などに食材を無駄にしない「残り物を使ったおいしい家庭料理」のレシピを聞き取り、レシピ本を作成した。レシピ本には、たとえば「リタおばあちゃん、1943 年生まれ」というように、レシピを教えてくれた人の名前が記載されており、レシピを教えた人も喜んでいるという。



子どもたちが聞き取ったレシピを集めたレシピ本

収穫した野菜や果物は、地域の祭りやイベント時に販売されるほか、菜園のハーブを使ったせっけん作りや、菜園の植物を押し花にしたメッセージカード作りなどの授業にも利用される。学校の入り口には、授業で作ったせっけんやメッセージカードなどの販売スペースが常設され、保護者や来校者が購入することができる。

毎年5月には、学校菜園プロジェクトに参加する市内のすべての学校が集まって収穫祭が開催され、収穫物を使った料理を囲んで生徒や保護者、地元の人たちが交流している。この際、各学校が菜園の様子を撮影した写真や映像を持ち寄り、見せ合うなど、お互いの菜園について情報交換を行うため、他校の菜園の様子に刺激を受け、もっと良い菜園にしたい、と競争心が芽生える生徒もいるという。



学校入口に設けられた販売コーナー

なお、収穫物などを販売する際には、その値段設定から包装、接客までを生徒が主体となっていて行っている。売り上げは菜園の運営費に充てられ、翌年に向けて野菜の種や肥料を買ったり、温室まで作って冬にも生産できるよう整えた学校もある。学校菜園プロジェクトを始めるための初期費用こそ市からの助成金を利用できるが、次年度以降は収穫物の販売などにより収益を生み出していかなければ、継続できない。このように学校菜園プロジェクトは、生産・販売し、設備投資をしてさらに生産を拡大するという一連の経済循環の仕組みを、子どもたちに経験を通して伝える重要な場となっている。

⑤「給食に生魚を」プロジェクト

トスカナ州とヴィアレージョ市と共同で、学校給食に生の魚を使おうというプロジェクトを実施している。安定的な供給が難しいことから、通常給食では冷凍した魚を調理し提供することが多い。しかし海沿いに位置し、漁業が盛んなまちであるヴィアレージョ市で暮らす子どもたちには、ぜひ生魚のおいしさを知ってもらいたいと始まったプロジェクトである。

地元の漁業協同組合にも協力を求め、トスカナ州の補助金で魚の一次加工所を建設し、その後学校や給食センターで調理する、という流れで生魚の提供が可能になった。ただ、給食での生魚の提供は初めてだったため、子どもたちが生魚という食材を良く知らないがゆえに拒否する、という事態も想定された。そこで、実際に生魚が給食に登場する前に、生魚という食材を知るための授業や、漁師や魚市場の訪問を実施した。その結果、子どもたちは生魚を使った給食を喜んで食べることができたという。今ではトスカナ州内の別の5つの市もこのプロジェクトに参加することになった。ヴェントゥーリ氏によると、最近ではヴィアレージョ市の漁協での漁獲量が少ないため、今後はプロジェクトに参加する他の市の漁協にも協力を求めて、より安定した供給体制の構築を考え

ているそうだ。

⑥「地元のパンを給食に」プロジェクト

プラート市で食べられてきた伝統的な食材の一つに、塩の入っていないパンがある。このパンとパン作りの歴史を子どもたちに伝えるため、「地元のパン屋一軒で一校分のパンをまかなう」というプロジェクトが始まっている。市内には1日に700kgのパンを消費する学校もあるといい、地元の小麦生産者や小麦製粉所、パン屋にとって学校は大きなマーケットになっている。このプロジェクトも上述⑤の「給食に生魚を」プロジェクトと同様に、ただ地元で作られたパンを給食に出すのではなく、小麦畑を生徒や保護者が見に行き、どんな風に作られているのか生産者から話を聞くなど、地元の食材や生産者を知り、理解する時間が用意されている。

センターの取り組みは、「地球に食料を、生命にエネルギーを」のテーマで開催されている「2015年 ミラノ国際博覧会」でも紹介されている。これまでは食教育を重要な施策の一つとして位置付けている自治体や学校が、それぞれに取り組んできたようであるが、ミラノ国際博覧会での紹介は、センターが確立した食教育をイタリア全土、あるいは世界に波及させるための大きな後押しとなるだろう。

4. 学校における食教育がもたらす効果

味覚教育センターの取り組みから、学校菜園プロジェクトをはじめとする学校における食教育がもたらす効果について考えてみたい。

・体験学習の重要性

子どもたちは、自分で種を蒔き世話をする中で、育てる苦労や収穫する喜びを知り、やがて野菜との「友情」が生まれる。野菜との「友情」は野菜嫌いを乗り越える大きな力となる。また、食べ物を無駄にしないことや食べ物が育つ環境の問題など、食をめぐる様々な課題に対して関心が向くようになる。さらに、子どもたちが家庭で食についての知識や疑問点を保護者に話すことで、保護者の意識に少なからず影響を与えることができる。



学年末に子どもたちが学校菜園を題材に
作成したカレンダー
野菜との「友情」が感じられる

- ・地域内経済循環を生み出す

「給食に生魚を」「地元のパンを給食に」といった地域の食文化を子供たちへ伝える食プロジェクトは、地元生産物を給食という比較的経済規模が大きく、安定した供給先へとつなぎ、地域内の経済循環を生みだしている。また、地元の州や市のほか、学校関係者、地元生産者、そして生徒と保護者という多様な主体がプロジェクトに参画することで、職種や立場を超えた連携の仕組みが構築されている。そのつながりによって、保護者が日常的に生産者から直接農産物を購入するようになるなど、地元の消費者と生産者の新たな関係を構築している。

さらに、学校菜園の収穫物を販売するという学校単位の小さな経済活動は、より良いものを育てようと菜園の世話に携わる人の意欲を高めることにもつながっている。

- ・世代間交流の場の創出

学校菜園の世話や菜園フェスタを通して、教師や生徒だけでなく、保護者や地域のボランティア、地元生産者がつながり、世代間交流の場が創出されている。学校菜園には、学校の卒業生も菜園の様子を見にやってくるといい、まさに学校が地域内の人々を結びつける中心的な役割を果たしているといえる。こうして、地元の伝統食材の継承や食生活、食文化、環境問題などについて、地域全体で考える機運が醸成されている。

- ・教科の壁を超えた学習環境の提供

学校菜園プロジェクトでは、理科や家庭科の教師のみならず、数学や美術、歴史など様々な分野を専門とする教師が菜園を活用した授業を行っている。また、五感を使った体験的食教育を行う味覚教育教師の養成講座においても、受講の対象となる教師の専門分野に制限がなく、それぞれが専門性を活かした授業を企画している。これにより、子どもたちは「食」を様々な視点から観察・理解し、その後の日常生活に活かすことができる。「食」という生きるために欠かせないものを題材に、各教科を実践的に活用することは、学校での学習が日常生活にどう活きるのか、具体的にイメージする手助けとなるのではないだろうか。

5. まとめ

イタリアでは、一般的に「食教育」に関連があると想定される一部の分野の教師や、自治体、生産者だけでなく、様々な分野の教師、保護者、地域のお年寄りなど、多様な主体が食教育に携わっている。それぞれが食教育において果たすべき役割をもち、活躍できる場が用意されている。こうして活躍する様々な主体が学校を中心につながりあうことで、地域全体で食教育を推進する体制が構築されている。

さらに食教育は、子どもたちがたくさんの食材に出会うチャンスを作り出しているが、その際、ただ単に子どもたちと食材を引き合わせて終わるのではなく、五感を使ったティ

スティングや食材の歴史などを学ぶ場を必ず設け、食材を理解し喜んで食べてもらえるよう努力している。学齢期は、大人の働きかけによって子どもの食習慣の基礎が形成される重要な時期であり、「子どもたちの食の世界が広がるかどうか」は大人にかかっている。ある食材との出会いが「拒絶」に終わるのか、それとも「おいしい、大切な食べ物」として認識されるのか、細心の注意を払っているのである。

このように様々な主体の連携と、五感に踏み込んだ学習など食材を理解するための教育が一体的に組み合わされていることが、センターの食教育の特徴である。

地域の伝統的な食材にはどんなものがあり、その食材は地域の生活にどう関わってきたのかを学ぶ。そして自ら作物を生産する苦勞と喜びを知り、地域の人々の知恵や思いに触れる。子どもたちが、食教育を通して学ぶのは食に関することだけではない。食教育は地域の歴史や伝統、文化を学ぶ場でもあるのだ。

わが国における食教育は、平成23年に策定された第2次食育推進基本計画で、コンセプトを「周知から実践へ」と定め、「学校給食における地場食材の利用」や「家庭における食育の推進」、「生産者と消費者との交流の促進」などを推進している。これらの取り組みをより一層効果的なものとするためには、食教育には「栄養価や栄養バランスを学ぶ」という側面だけではなく、「食を通じて地域を知り、理解し、次世代へつないでいく」という側面があることを認識することが必要である。そうした視点にたったとき、おのずと様々な主体が連携して食教育を多面的に進める重要性が見えてくるのではないだろうか。

6. おわりに

食教育を始めるにあたり、まずなにから取り組むべきかヴェントゥーリ氏に尋ねたところ、「まず、食教育をやりたい、という強い信念を持ったメンバーでチームを作ること。そして専門家も交えて内部で議論を深めたうえで、具体的なプロジェクトを自治体や生産者など関係者に提案していくことだ」と話してくださった。

今でこそセンターの取り組みはイタリア全土に広がりを見せているが、取り組みを始めたころには周囲から理解されない場面もあっただろう。実際、センターが味覚教育教師養成機関としてイタリア教育省から認可されるまでに7年もの歳月を要したという。また、教師たちへの養成講座を始めたころは、「食教育」という概念そのものがなかったため、教師からは「やったことがないからできない」という否定的な意見もあったそうだ。

視察中、ヴェントゥーリ氏が「食教育」を、食の文化や伝統を未来につなぐための「社会に対する大きな投資」であり、必ずやり遂げなければならないものだと考えていると感じられる場面が随所であった。こうした強い信念があるからこそ、自治体や生産者など周囲の理解や協力を得ることができ、ここまで実績を出すことができていたのだろう。日本



ヴェントゥーリ氏

で地域づくりに取り組む人々から、しばしば「やりたいという強い意志を持って、仲間を見つけ、動き出してみることに」が重要との話を聞いていた私にとって、その姿勢は日本でもイタリアでも変わらないのだと深く感嘆する出来事であった。

最後に、今回の調査研究にあたり、快く視察を受け入れていただいたイタリア・味覚教育センター会長のアレッサンドロ・ヴェントゥーリ氏、学校菜園をご紹介くださったプラート市立Pier Cironi中学校の皆様、そして、視察地との日程調整等にもご尽力くださった通訳の大島悦子氏に心より感謝申し上げ、本報告書の結びとさせていただきたい。

【参考文献】

- ・味覚の学校／プラート味覚教育センター、中野美季 共著（木楽舎）
- ・食育実践者向け手引き書／近畿農政局
- ・第2次食育推進基本計画／内閣府
- ・諸外国の状況に関する調査／内閣府
- ・農業・林業の動向（平成24年3月）／農林水産省
- ・里地里山保全活用行動計画（平成22年9月）／環境省