



「食べることは生きること」 ～毎日、お茶碗一杯分の食品～

八億四千万の人が栄養不足

世界には、七十億人程の人がいます。その内の八億四千万人以上の人が、満足な食事もできずに、栄養不足となり困っています。栄養が足りないと、病気に罹りやすくなったり、子どもが大きくなれなかったりします。(農林水産省資料より)

また、一億五千万人の子どもが、栄養不足による低身長であるといわれています。(2017年国連報告から)

そして、生命を維持していくという最低限の人権すら保障されていない人々が、世界にはたくさんいます。

食品ロス

先日、コンビニエンスストアに寄ったときのことです。ちょうど店員さんが、棚の整理をしていました。商品の賞味(消費)期限を一つ一つ確認しながら、期限の切れたものを別のかごに入れていました。サンドイッチにおにぎり、調味料など様々なものが、かごの中に収められて

いきます。レジの前のワゴンには、値引きシールの付いたものが並べられ、お客さんに買い求められる商品もありますが、店の奥に運ばれるものもあります。店員さんに、それらの商品の行く末を尋ねると、『家畜のえさや肥料等に使用されるものもあるけれど、廃棄処分されるものが多い』とのことでした。外食産業ではなおのことです。一度お客さんに提供したものは、ほとんど手つかずであっても、廃棄されます。

平成二十六年年度の農林水産省「飲食店などにおける『食べ残し』対策について」によれば、年間推計約六百二十一万トンの食品を廃棄しています。これは、日本国民の誰もが毎日お茶碗一杯分の量を捨てているのと同じ事になります。

わが家の生活を振り返ってみました。購入したのに、賞味期限が切れて、食品を台無しにしてしまい、ゴミの収集日に出したことが何度かあります。もったいないことしななと思いがちですが、捨てていました。

豊かな日本といわれていますが、食えることが生きること、直結していることや、食べ物がなく死んでいく子ども達がいることを考えると、この先もこの状態を続けていて良いのかと考えさせられました。

養老町の食育の取り組み

町では、これまでも町内の子ども達全員が、健康に健やかに生活できるように、また、食について考え食を見直すことができるようにと、食育(食)の取り組みに力を入れてきました。

町内全ての小中学校で、県内でも数少ない自校給食を実施しています。温かいものは温かい状態で、冷たいものは冷たい状態で提供されています。調理員のみなさんが心を込めて作ってくださいったものが、子ども達に届きます。毎日美味しい給食が提供されており、子ども達は給食の時間をとても楽しみにしており、残量もほとんどありません。

お昼の放送では、地産地消の食材紹介や、旬の野菜、行事に

まつわる献立などが流れ、食について学びながら味わうことができています。

また、全ての園・小中学校で、年に数回「おにぎり・お弁当の日」が実施されています。子ども達の発達段階に合わせて、おにぎりを作ったり、おかずを一品作ったり、中学生になると、配色や栄養価値を考え作ったりしています。家族と共に自分の手でおにぎり・お弁当を作る中で、食材や親への感謝の気持ちが育ち、自分で作ることの楽しさや大変さを感じ取り、食の大切さを理解するなど、大きな成果を得ています。

食は命の源

健康で豊かな人生を過ごす基本は、運動・睡眠・食にあると考えます。食をおろそかにすることは、命を粗末にすることに繋がります。園・学校・家庭・地域で、今一度、食について話し合い考え合っていければと思います。