食と環境の調和に向けた食育の推進

～産学官民連携による実現を目指して～

堀口　美恵子　教授
（短期大学部　家政科　食物栄養専攻）

【目的】

栄養・食を通じて人々の健康と幸福に貢献する栄養士を養成する本専攻では、食育に関連した地域貢献活動を多世代に向けて10年以上積極的に行っている。本プロジェクトでは「食と環境の調和」に着目した食育活動を産官学民連携で取り組み、持続可能な食を支える食育、及び、生涯を通じた心身の健康を支える食育を推進する体制を千代田区等で実現することを目指した。

【方法】

代表者が今まで培ってきた千代田区との関わりを活かし、栄養士を目指す本専攻の学生が卒業生と連携しながら、食と環境の調和に向けた食育の推進に向けた取り組みを行った。

【主な活動内容】

1）千代田区における主な活動

① 千代田区社会福祉協議会公認子育てサロン登録団体「就学準備教室　りりーふ」主催の「千代田こどもの芸術祭」に運営協力者として参加し、野菜と環境に着目した食育活動を行った。農林水産省の「野菜を食べようプロジェクト」の野菜サポーターとして、パネルシアター公演や野菜マグネット作り等を通じ、食と環境の大切さについて楽しく伝えることができた。





② ちよだボランティアセンター登録団体「千代田ママのわ」主催の「親子料理教室」へ、お月見をイメージしたレシピ（お焼き２種・海老しんじょのお吸い物）を提供した。親子が食材を無駄なく使う事や効率的な調理操作についても関心を持ってもらうように工夫した。また食材に関連した魚食の教材（大日本水産会による提供）の配布、及びお月見に関する歴史と浮世絵紹介（本学文学部日本文学科教員による提供）も行い、和食文化について親子の興味を広げることができた。






③ 千代田区主催の「アーバニスト@千代田」の一環として、「身体を動かす！一緒に楽しむ！つながる！合同体験会」を本学アリーナで２回実施した。「千代田区立障害者福祉センター　えみふる」、「上智大学インカレボランティア団体　シャクル」、「一般社団法人エスコートダンス協会」、「大妻女子大学食育ボランティアグループ　ぴーち」のアーバニスト４者によるボッチャ、ウォーキ

ングサッカー、エスコートダンス、和ぐるみ作品作りを通じ、区民の心身の健康づくりや多世代交流に寄与することができた。







④ 「大妻和食アカデミー」を本学調理室で 2 回実施した。米と海苔がテーマの回では、新米や海苔に関する講座や食べ比べ等を通じ、古来より環境に配慮して生産されてきた米や海苔について理解を深めて頂くことができた。魚がテーマの回では魚食と環境に関する講座や伝統的な板蒲鉾作り等を通じ、水産業と SDGs との関連について理解を深めて頂くことができた。





⑤ 千代田区地域コミュニティ醸成支援事業である「ちよだコミュニティ　ラボライブ！2023」に参加した。「私と千代田のストーリーをシェアしよう！」をテーマに区内団体同士で意見交換を行うと共に本プロジェクトの成果の一部を報告し、評価を得ることができた。また、次年度に向けて新たなネットワークを構築することもできた。

2） <u>その他の活動</u>

① 都内の子ども食堂で、食育活動を 3 回実施した。規格外として廃棄されてしまう食材（世羅梨、サンチュ等）も活用した食事の提供も通じ、食と環境の大切さを伝える事ができた。





② 「大妻祭 2022」と「大妻さくらフェスティバル 2023」においても、食と環境の調和に向けた食育活動を行うと共に本プロジェクトの成果の一部を発表し、評価を得ることができた。






【まとめ】

身体と地球に優しい和食への関心を高めることも含め、産官学民連携により食と環境の調和に向けた食育活動を対面で実施し、区民の心身の健康増進に寄与することができた。また、食を通じて人々の健康と幸福に貢献する栄養士を目指す学生が主体的に取り組む本活動は、学生の学習意欲向上やキャリアデザインにつながる事が期待された。