

新潟市食育推進会議委員との意見交換会まとめ

3回の意見交換会での共通意見

- 「**生きることは食べること**」ということをしっかりわかってもらいたい。
- 「**食べること＝生きること**」ということをきちんと知ることから。
- 「**食べること＝生きること**」であり、心の栄養にもなる。

食の課題について

【食への関心】

- 子どもの食への関心が低い。
- 自分で作る機会がなければ食への関心は育たない。
- コロナ禍での黙食により、楽しみが失われている。楽しく食べると美味しさが違う。
- 食べることを楽しいと共有できるような時間や場所などのきっかけがないと、なかなか結び付かない。きっかけすらない人がたくさんいる。

【食への理解】

- 「食べることの大切さ」を忘れかけている。
- 「育ち＝食べること」が理解されづらい。
- 何を食べると自分の体にどんな影響があるのかという基本的な部分を知らない。
- 炭水化物が悪いものと思われている。正しい情報について伝える。
- きちんと知識をつけ、良いもの、正しいものを自分で見極めて選ぶ力をつける。
- 新潟の食の美味しさや魅力を市民自身がわかっていない。

【子育て世代について】

- 家庭以外の場で食育が行われるようになっている。親世代へのアプローチが必要。
- 食事作りをネガティブに感じてしまう親が多い。
- 共働き世帯が多く、時間をかけた料理や郷土料理は普段作れない。
- 親自身が朝ごはんなどを食べない場合もある。親が食べていないため、子どもも食べない。
- 子どもに「なぜ食事が大事なのか」と、きちんと答えられる親は少ない。
- 伝統的な食事をする機会が減少し、親世代が料理自体を知らない。
知らないから選べない。家庭での伝承機能が乏しい。
- 食の大切さは多くの保護者は漠然とわかっているが、実践に移すことは時間的にも困難。
- アレルギーの子どもや大人が増えており、食の安心・安全に関する方向性は今後強くなっていくのでは。

- 「食の楽しさ」を知ることから「食への関心」へつなげる。
- 食べることは生きることにつながっているということを理解してもらう。
- 親世代へのアプローチを通して、子どもにもつなげる。

「食育」の目指す姿について

- 「食事は楽しいもの」と子どもたちに知ってほしい。
- 遊ぶように作ることを楽しみ、食べて、「自分で作った」という驚きや楽しみを感じられると「またやりたい」と思い、食へ関心を持ってもらう。
- 「食べるものに興味を持つ」ということと、「食べることが好きということを盛り上げる」ことが、食育にとって大事。
- 子どもに食べ物の美味しさを伝え、食べることに興味を持ってもらうようにすることが大切。
- 食の大切さを始めに知っていれば、「誰かにそれを伝えたい」、「一緒に共感できる人を見つけたい」ということにつながる。
- 「食は生きる基本」であり、美味しさや育てる楽しさを誰かと共有することが大切。
- 身体が食べたものからできているということを教えることが大切。
- 食べたものがどうなるか、子どもだけじゃなくて親世代にわかってもらうことが必要。
- 自分が今置かれている環境を把握し、選ぶ力を培う。
- 分かっているけど実践できないことに罪悪感をもってしまう人もいます。
難しく考えず、心の負担を減らしてあげることや、最低限のラインからスタートし、少しずつ向上していけるような、とっかかりが大事。
- 「食育」は重くわかりづらいため、気軽な話から入って、食の大切さに気付いてもらうような仕掛けや、何か「きっかけ」を提供することで、興味をもってもらう。
- 「食育」という大きな看板を掲げなくても、何か「きっかけ」を提供してあげれば、興味もってくれる。
- 新潟市の食の魅力を、新潟にいる人が「これはここにしかないもの」「新潟の魅力」だと感じ、「もっと発信したい」「新潟の誇りだ」と思ってもらえるとよい。

- 無関心層に対し、何か1つのきっかけを通し、楽しみながら食を『知る』（選び方、作り方、食べ方、育て方など）ことで、食へ関心を持ってもらいたい。
- 「食べることは生きること」と知ってほしい。
- 新潟市の食の魅力を知り、誇りをもってほしい。