

地元特産の各務原にんじんを活用した 子ども食堂を通じた共食への取り組み

川瀬麻緒¹ 杉岡菜穂¹ 車田智哉¹ 高野摩耶¹ 市橋美穂¹
小西希恵¹ 棚橋亜矢子¹ 杉山喜美恵² 可兒勇樹²
木村孝子¹ 山内加代子¹ 山澤広之¹ 長屋紀美江¹
山本初津恵¹ 山田隆¹ 平光美津子¹ デュアー貴子¹
(1: 東海学院大学, 2: 東海学院大学短期大学部)

要 約

第3次食育推進基本計画における重点課題の中で、多様な暮らしに対応した食育の推進が定められている。充実した食生活の実現の一助となるよう東海学院大学健康福祉学部管理栄養学科に「子ども食堂」を開設した。子ども食堂で子どもや高齢者の交流ができ、共食の機会となる場の創出を目指している。さらに、各務原市の特産である各務原にんじんを使用した献立の提供により、地産地消の推進や産学官連携協定による各務原にんじんのブランド化の周知を目的とした。各務原にんじんの収穫時期である、7月と11月の計2回の開催は、両日共に多くの方々が来場し、子ども食堂を通じて、共食の大切さや地産地消の取り組みを知ることのできる食育の機会となった。しかし、今回の参加者のうち高齢者の人数が少なかったという課題がある。今後は子ども食堂の取り組みを、高齢者の方々へ周知していく手段を検討することが必要である。子ども食堂は、子どもや保護者だけでなく、一人暮らしの方や高齢者の方々も対象であるという認知を高め、地域における共食の拡大を目指した食育の推進を広めていきたい。

キーワード：子ども食堂、共食、地産地消、特産、各務原にんじん

1. はじめに

平成28年度に施行された第3次食育推進基本計画の重点課題として、多様な暮らしに対応した食育の推進が定められている。食育の取り組みは家庭において進めていくことが重要である。しかし現在、少子高齢化が進む中で、単独世帯やひとり親世帯が増え、貧困の状況にある子どもに対する支援が重要な課題になっている¹⁾。

近年、農林水産省では子ども食堂と連携した地域における食育が推進されており、地域において共食の取り組みが行われている。子どもや高齢者を含む全ての国民が健全で充実した食生活を実現できるよう、また、コミュニケーションや豊かな食体験にも繋がる共食の機会の提供を行う食育が実施されており、その取り組みの中で、孤食になりがち子どもへの支援として「子ども食堂」が全国各地で広がってきている²⁾。子ども食堂は、家庭での共食が難しい子どもたちが集まり、食事をするだけでなく、高齢者や一人暮らし世帯の人々が集い、世代間の交流の場としても活用されている。

現在、各務原市内には鶴沼地区に子ども食堂が1箇所あるが、本学の近隣にはまだ数が少ない状況である。そこで、第3次食育推進基本計画で述べられている目標を基に、子ども食堂の開催を試みた。

さらに、本学は平成29年4月7日に各務原市、JAぎふ、各務原商工会議所と「各務原にんじん」のブランド化のため、産学官連携協定を締結し、様々な活動を展開してきた。今回の子ども食堂の開催においても、各務原にんじんを主軸とした地産地消と共食の機会を提供できる場、世代間交流の場として産学官で連携を図った。

旬の各務原にんじんをふんだんに使用し、幅広い世代に好まれる栄養豊かなメニューの提供を行い、家庭でも各務原にんじんを活用できるよう、にんじんの栄養価やそのはたらきについて学ぶ食育の場を設けた。家庭での地産地消の取り組みの推進のほか、子ども・保護者・高齢者の方々の世代間交流も含めた昔あそびや、食育の活動を展開することを目的とした。

2. 実施の概要

(1) プログラム 1

- 開催日：令和元年7月15日（月）
- 会場：①レストラン La santé Tokai（昼食会場）
②あそびの森（世代間交流の場）
③給食経営管理実習室（食育講座会場）
- 内容

レストラン La santé Tokai にて、本学の管理栄養学科の学生考案による、各務原にんじんを使用した地産地消献立「各務原にんじんたっぷりカレーランチ」（図1）を提供し、共食の場を設けた。価格は子ども100円、同伴者・シニア300円である。

あそびの森にて、東海学院大学短期大学部の学生による、世代間交流の場を設け、昔遊びを体験して楽しんだ（図2）。

給食経営管理実習室にて、にんじんについてのエプロンシアターやクイズの実施、産学官連携による大塚製菓の水分補給についての食育講座の場を設けた。演示媒体であるエプロンシアターは、和やかで楽しい雰囲気をもたらし、興味や関心を高めることができる³⁾。クイズではにんじんについてのクイズを3問出題した。第1問目は各務原にんじんに関する〇×クイズ、第2問目はおいしいにんじんの選び方についての2択クイズ、第3問目はにんじんの栄養素が体でどのようなはたらきをするのかという3択クイズにした（図3）。水分補給についての講座は、子どもだけでなく、保護者や高齢者も対象とし、7月開催であったため、熱中症・脱水予防に繋がる内容とした。また、講座の最後に参加者38名（子どもを含む）を対象にアンケートを実施した。



図1 各務原にんじんカレーランチ（プログラム1）



図2 昔あそびの様子（プログラム1）



図3 食育講座 にんじんクイズの様子
（プログラム1）

(2) プログラム 2

- 開催日：令和元年11月4日（月）
- 会場：①レストラン La santé Tokai（昼食会場）
②あそびの森（世代間交流・食育講座会場）
- 内容

レストラン La santé Tokai にて、本学の管理栄養学科の学生考案による、各務原にんじんを使用した地産地消献立「各務原にんじんたっぷりシチューランチ」（図4）を提供し、共食の場を設けた。価格は子ども100円、同伴者・シニア300円である。

あそびの森にて、本学短期大学部の学生による、世代間交流の場を設けた。参加者は折り紙やあやとり等の昔あそび（図5）、にんじん体操（図6）を楽しんだ。また、同会場でにんじんについてのエプロンシアターやクイズなどの食育講座を行った。前回

川瀬麻緒 杉岡菜穂 車田智哉 高野摩耶 市橋美穂 小西希恵 棚橋亜矢子 杉山喜美恵 可兒勇樹
木村孝子 山内加代子 山澤広之 長屋紀美江 山本初津恵 山田隆 平光美津子 デュアー貴子

(プログラム1)は食育講座を別会場で行ったが、移動距離があったことにより食育講座の参加率が低くなったと考えられるため、今回は世代間交流の場と同一会場で実施することで改善を図った。エプロンシアターは前回と同様に行い、クイズは、野菜の断面図を見て野菜の名前を当てるといった内容とした(図7)。クイズで使用した「はてなボックス」は、野菜の断面図のカード(表面)を箱に入れると、答え(裏面)が出てくるといった仕組みにした。視覚教材の活用は興味や関心を高めることができるため、視覚教材を用いた。また、講座の最後に参加者64名(子どもを含む)を対象にアンケートを実施した。



図6 にんじん体操の様子(プログラム2)



図4 各務原にんじんシチューランチ(プログラム2)



図7 食育講座 野菜クイズの様子(プログラム2)



図5 昔あそびの様子(プログラム2)

3. 結果および考察

アンケートは調査趣旨を説明した上でいき、自己記入式アンケートとした。プログラム1、プログラム2のアンケート内容と選択肢は同じである。図8から図11に2回分の総計結果を示す。

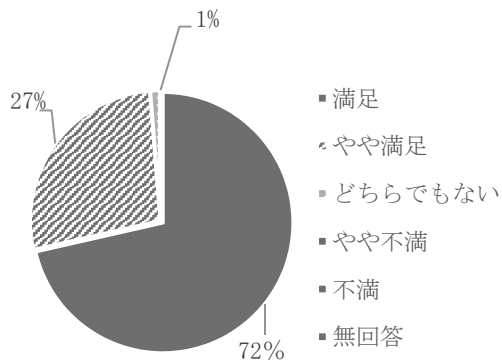


図8 子ども食堂限定ランチの満足度

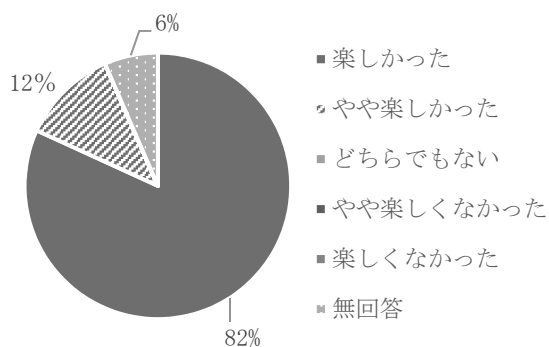


図9 昔あそびの満足度

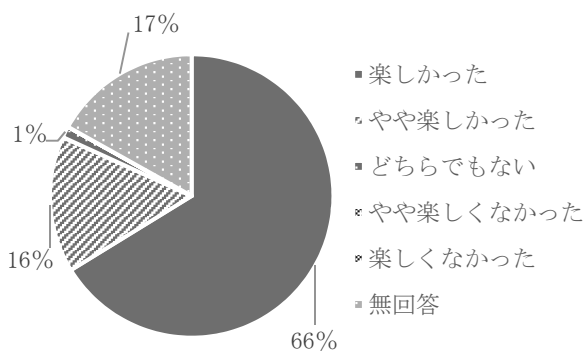


図10 食育講座の満足度

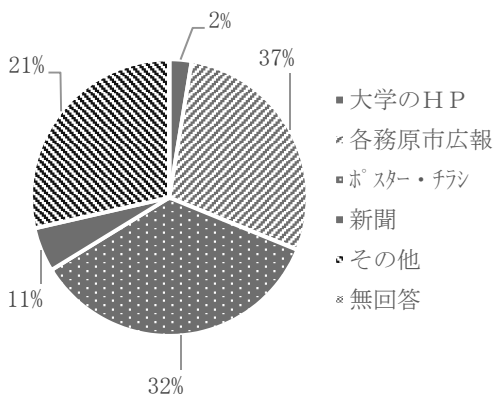


図11 子ども食堂の開催をどのように知ったか

各務原にんじんを取り入れたランチを“満足”“やや満足”と答えた人の割合は99%であった(図8)。カレーやシチューは各務原にんじんをふんだんに使用でき、地産地消献立や生きた教材として活用することにも繋がり、満足度の高い献立設定であったと言える。

世代間交流を目的とした昔あそびを“楽しかった”“やや楽しかった”と答えた人の割合は94%であった(図9)。折り紙やあやとりは幅広い年齢層の方が楽しむことができ、保護者の世代や高齢者の方が子どもたちへ遊び方を伝えることで、世代間交流に繋がった。

エプロンシアターやにんじんクイズなどの食育講座を“楽しかった”“やや楽しかった”と答えた人の割合は82%であった(図10)。エプロンシアターの内容が「カレーの作り方を知ろう」という事前に食べた献立に関連していたことで、子どもたちの関心を集めることに繋がった。また、プログラム1では来場者数に対して食育講座の参加者が少なかったという課題を改善すべく、プログラム2ではあそびの森での開催に変更し、動線の配慮を図った。その結果、会場を移動する必要がなくなり、遊んでいた子どもたちがその場で食育を受けられる体制になり、食育講座の参加数を増やすことができたと考えられる。

また、子ども食堂の開催は各務原市の広報誌やポスター、チラシ、新聞などの媒体がイベントの周知に繋がったことが読み取れた(図11)。プログラム1の開催時は、宣伝期間が短い中でも多くの方が参加する結果になり、限定ランチは完売となった。プログラム2もチラシ配布等のイベント宣伝に尽力したことで、プログラム1の来場者数を上回る結果になり、限定ランチも完売となった。初開催にも関わらず、多くの方々の参加が見られたのは、両日ともに開催日が祝日(本学は授業日)であったことや広報活動を積極的に行った成果が表れたと考える。この取り組みは、「令和元年度ネットワーク大学コンソーシアム岐阜」主催の学生による地域課題解決提案事業に採択され、成果報告会において、管理栄養学科の学生による「子ども食堂を活用した地域における食育と世代間交流・国際交流の推進」についての発表が2位を受賞する結果となった。

4. 今後の課題

今回初めて本学で子ども食堂を開催するにあたり、①地元食材を活用した献立による共食の場の提供、②子どもから高齢者にわたる世代間交流の場の提供、の2点を

川瀬麻緒 杉岡菜穂 車田智哉 高野摩耶 市橋美穂 小西希恵 棚橋亜矢子 杉山喜美恵 可兒勇樹
木村孝子 山内加代子 山澤広之 長屋紀美江 山本初津恵 山田隆 平光美津子 デュア一貴子

重点目標とした。①に関しては、第3次食育推進基本計画に基づき、各務原にんじんのランチ提供や食育を通して、コミュニケーションや豊かな食体験につながる共食の機会の提供ができたと考える。しかし、②について子どもの参加は多かったものの、家族単位での参加が多く、世代間交流の行い方に検討が必要であると考え。例えば、遊びや食育の場面で多くの人が交流できる機会を増やせるよう、個々でなくグループで活動する内容を取り入れていきたい。また、両日ともに高齢者の参加率が低いことも考慮する必要がある。今回の参加者の多くは、図 11 のアンケート結果より、子ども食堂の開催を主に各務原市広報やポスター、チラシを見て知った方が69%となり、3分の2以上を占めることがわかった。来年度は新たな取り組みとして、本学の管理栄養学科において高齢者を対象とした「フレイル予防教室」も計画している。今後は高齢者へ直接参加を呼び掛けられる手段を検討する必要がある。インターネットだけでなく、紙媒体でのイベント周知を継続していきたい。

5. おわりに

第3次食育推進基本計画では地域等で共食をしたいと思う人が共食する割合を増やすことを目標としており、具体的に平成27年度64.6%であった割合を平成32年度（令和2年度）までに70%以上になることを目指している。近年、ライフスタイルの多様化により、家族との共食が難しい人が増えている。これからは、共食により食を通じたコミュニケーション等を図りたい人にとって、地域等を通じて様々な人と共食する機会を持つことは一層重要である。今後も産学官で連携を図り、共食により世代間交流の場を設ける等の食育活動や地元の特産品を活用した地産地消の推進に取り組んでいきたい。

謝辞

各務原にんじん子ども食堂の開催にあたり、旬の各務原にんじんをご提供いただきましたJA ぎふ鶴沼支店様に心より御礼申し上げます。また、食育講座にご協力を賜りました大塚製薬株式会社様に厚く御礼申し上げます。

参考文献

1. 農林水産省, 第3次食育推進基本計画, p4
2. 農林水産省, 「第3次食育推進基本計画」啓発リーフレット (重点課題2)
<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/jisshi.2.pdf>
3. 池田小夜子, 斎藤トシ子, 川野因, 栄養教育論, 第一出版, p89 (2019)

Promoting Communal Eating at a Children's Cafeteria Program Making Use of Kakamigahara Carrots

KAWASE Mao, SUGIOKA Naho,
KURUMADA Tomoya, TAKANO Maya,
ICHIHASHI Miho, KONISHI Kie,
TANAHASHI Ayako, SUGIYAMA Kimie,
KANI Yuki, KIMURA Takako,
YAMAUCHI Kayoko,
YAMAZAWA Hiroyuki, NAGAYA Kimie,
YAMAMOTO Hatsue, YAMADA Takashi,
HIRAMITSU Mitsuko and DEWAR Takako