

「食育」とは

平成一七年七月に施行された「食育基本法」の前文で、「食育」とは、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることとされています。

また「食育」は「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」であると位置づけた上で、「あらゆる世代の国民に必要なものである」が、特に子どもたちに対する食育について、「心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるもの」と強調しています。

「食育」という言葉が使われ始めたのは明治時代といわれています。石塚左玄という人が、その著書「化学的栄養長寿論」（明治二九年（一八九六年））において、食が人に及ぼす影響が大きいことを強調した上で、「嗚呼何ぞ学童を有する都会魚塩地の住民は殊に家訓を厳にして躰育智育才育は則ち食育なりと観念せざるや」（学童を養育する人々はその家訓を厳しくして、体育、智育、才育はすなわち食育にあると考えるべきであるとの大意）とし、体育、智育、才育の基本となるものとして食育の重要性を述べているそうです。また、村井弦齋は、明治三六年（一九〇三年）、報知新聞に連載した、食に関する啓発小説である「食道楽」における登場人物の会話として「智育と体育と徳育の三つは蛋白質と脂肪と澱粉のように程や加減を測って配合しなければならん。しかし先ず智育よりも体育よりも一番大切な食育の事を研究しないのは迂闊の至りだ」と述べ、次のような歌も作っているそうです。

「小児は徳育よりも智育よりも体育よりも食育が先」

なぜ今「食育」か

「食育基本法」は、国民の食生活をめぐる環境が大きく変化する中、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむための食育を推進することが緊要な課題になっていること」から、「食育に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、食育に関する施策の基本となる事項を定めることにより、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって現在及び将来にわたる健康で文化的な国民の生活と豊かで活力ある社会の実現に寄与すること」を目的として制定されました。

法律を制定し、食育を推進することが必要と考えられた具体的な問題意識について、法の前文には次のように記載されています。

○社会経済情勢がめまぐるしく変化し、日々忙しい生活を送る中で、人々は、毎日の「食」の大切さを忘れがちであること

○国民の食生活においては、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向などの問題に加え、新たな「食」の安全上の問題や、「食」の海外への依存の問

題が生じていること

○豊かな緑と水に恵まれた自然の下で先人からはぐくまれてきた、地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危機にあること

そして、法第五条において、「食育は、父母その他の保護者にあつては、家庭が食育において重要な役割を有していることを認識するとともに、子どもの教育、保育等を行う者にあつては、教育、保育等における食育の重要性を十分自覚し、積極的に子どもの食育の推進に関する活動に取り組むこととなるよう、行われなければならない。」と定められており、教育関係者が子どもたちに対する食育に積極的に取り組むことを求めています。また、法第二〇条で、国及び地方公共団体は「学校、保育所等における食育の推進のための指針の作成に関する支援」などの施策を講じることとされており、平成一九年三月に、文部科学省が「食に関する指導の手引き」をまとめています。各学校・幼稚園は「手引き」を踏まえ、全体計画、年間指導計画等を策定するなどして、学校等における食育を推進することが期待されています。

一方、食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、国では「食育推進基本計画」が、愛知県など地方公共団体では「食育推進計画」が策定されており、学校における食育に期待する事項などが示されています。

子どもたちの「食」に関する課題

法では子どもたちに対する食育を強調していますが、子どもたちの「食」に関する課題については、子どもに表れている問題と保護者の問題があります。

子どもに表れている問題としては、朝食の欠食・夜食摂取の増加・エネルギー過剰摂取など食生活の乱れ、肥満や過度のやせの増加、軟食化、食物アレルギーなどがあります。

また、保護者の問題としては、家族一緒に食事を摂る頻度の減少、食に関する知識や技術の不足、保護者自身の食生活等の乱れなどがあります。

このため、学校における食育は、子どもたちだけでなく、保護者の方々への支援も視野に入れて推進する必要があります。

ここで、子どもたちの「食」に関する課題に関して具体的に述べたいのですが、紙面の余裕がないこともあり、当学園が「女学園」であることを踏まえ、「過度のやせ」についてだけ少し触れることにします。

現在、母子保健の課題の一つに「不健康やせ」の予防があります。「不健康やせ」と判断される子どもは、中学三年時点で、平成一四年五. 五%、一七年七. 六%、高校二・三年時点で、平成一四年一三. 二%、一七年一六. 五%と増加しています。「過度のやせ」は、低身長、骨量増加障害（骨粗しょう症になりやすい）、性腺機能不全（二次性徴の遅れ、月経異常、不妊など）、亜鉛不足による味覚障害、胎児への影響（神経管閉鎖障害（二分脊椎など）の発生や低体重児の出生）、思春期やせ症（思春期神経性無食欲症）などを来す危険性あるといわれています。

特に、胎児への影響として、最近「成人病胎児期発症説」が注目されています。この学説は「胎芽期、胎児期、乳児期に、低栄養または過栄養の環境に暴露されると、(虚血性心疾患や糖尿病などの)成人病の素因が形成され、出生後の生活習慣の負荷で成人病が発症する。」というものです。具体的には、妊婦さんが「過度のやせ」のために胎児が低栄養の状態にあると、胎児側に、インスリンを分泌する膵臓のβ細胞などの数が減少したり、低栄養の状態でも生存できるように遺伝子が発現するなどの変化が起こり、一方で出生後過栄養に暴露されることが多い(小さく産んで大きく育てる)ので、成人病発症につながる、という機序が考えられています。最近の研究の結果、この「学説」は「事実」であることが示されるようになっており、厚生労働省が平成一八年に策定した「妊産婦のための食生活指針」や、平成一九年三月に改訂等した「授乳・離乳の支援ガイド」の内容にも反映されています。

女性の「過度のやせ」が、次世代の健康障害に結びつくなど、「食」の問題は当人だけにとどまらないと言えます。

椋山女学園食育推進センターについて

本学園では、従前より「人間になろう」という教育理念に基づく人間教育の一環として、食育が実践されてきましたが、食育基本法の制定などを踏まえ、本学園における食育をより深く考えることとなり、平成一九年四月、「食育推進センター」を設置、食育に関する事業を総合的かつ計画的に推進することとなりました、

センターの主な業務は、食育に関する講演会の開催、学園内飲食施設との連携及び支援、食育に関する事業の企画・立案及び実施、食育関連事業への支援、食育に関する研究などであり、平成一九年度の主な事業の実施状況は、「食育推進センターの活動概要」のとおりです。

今後、本学園において食育に関する事業を総合的かつ計画的に推進するに当たり、現在、幼稚園・各学校の関係者の皆様方とともに、幼稚園から大学・大学院まで、当学園で学ぶ子どもたちに育てたい「食に関する力(知識・技術・行動など)」を明らかにしつつ、「総合学園」であるという特色を生かした食育推進の基本的な考え方を「椋山女学園食育推進基本指針(仮称)」としてまとめる作業を進めています。その後、本学園において、「基本指針(仮称)」に基づいた食育が推進されるよう、センターの活動を充実させていきたいと考えておりますので、ご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。