

第 65 回日本 PTA 全国研究大会 仙台大会 報告書

富士市 PTA 連絡協議会

副会長 保科 朗子

第 8 分科会 健康安全

「子どもたちの健康な心と身体を育む食を求めて」～「こ食」と地域の食育～

第 8 文化会は子供たち（小学生から高校生）による合唱から始まりました。子どもたちが毎日歌っているという復興の歌を聴いて、美しく穏やかな仙台も被災地であることを改めて実感し、子どもたちの歌声に感動するとともに、いろいろな環境で育っている子供たちがいることを再認識いたしました。

「ためしてガッテン」の元 NHK プロデューサー北折一氏による基調講演では、バランスよく食べましょうとか、正しい栄養を取りましょうというのではなく、もっともっと「おいしい！楽しい！！」を大事にしましょうという内容でした。とっっても、大事なキーワードだと思います。

パネルディスカッションでは、家庭での子どもの「こ食」（孤食、個食、固食、小食、粉食、濃食、等々）の問題を取り上げました。家庭での食事の時間は、本来、マナーや食べ方、好き嫌いをなくす、コミュニケーション力を育てるなどの場であったが、おなかを満たす場になってしまっているのではないか、「食べることは楽しい」「命の大切さ」を伝える場が減ってしまっているという問題提起がありました。

シングルや共働きなどでなかなか子どもと食事を一緒にできなくても、空間を共にしたり（一緒の部屋にいる）、友人にお願いしたり、中食（買ってきたもの）でも盛り付ける、メッセージを添えるなどひと手間の工夫で出来ることがいろいろあることが分かりました。また、子ども食堂を営んでいる方からは一人一役のお手伝いが大切で、「ありがとう」も伝えることが大事とのお話もありました。おやつも今ならトウモロコシの茹でたもののように旬のものを用意することも、季節や野菜そのもののおいしさを子供たちに伝える方法として紹介されました。

昨年度の富士市 PTA のつどいでの竹内先生の講演会で提唱された「お弁当の日」を実践についての話もありました。岐阜県では 100 校以上が取り組んでいるそうです。学校からは色々な家庭環境の子供がいて実践は難しいとの話もありましたが、PTA 主導で始めたそうです。親が作ったものを詰めるコースからはじまり全部自分で作るコースまで、親が手を出さないようにして、段階をわけて取り組み、取り組めない家庭の子供には PTA でご飯を炊いたりして対応したそうです。出来ることから取り組んでみるのが大事だなと感じました。

『食育』の前に、当たり前、シンプルに子どもたちと食べることを楽しむことが大切だと、再認識させられた分科会でした。