

平成18年 7月26日

新潟市民芸術文化会館



【佐藤満夫新潟市教育長】 ご紹介をいただきました新潟市教育長の佐藤でございます。本日、この会場が満杯になったこと、多くの皆様からご参加をいただきまして本当にありがとうございます。主催者を代表いたしまして一言ごあいさつをさせていただきます。

今回のフォーラムでは、新潟市の食と花の総合アドバイザーを担当していただいております服部幸應先生に基調講演をお願いしております。先生からは、食に対する感謝の気持ちや、あるいは食育の大切さなどについて豊富なご経験とご見識に基づいた大変貴重なお話が伺えるのではないかと期待をしております。

一日の食事で一番大切な朝食をとらなかつたり、あるいは一人で食べたり、好きなものだけを食えるということで、食の乱れが大きな社会問題になっています。子供たちの世界も例外ではありません。肥満や小児生活習慣病が増加しておりますし、あるいは気力・体力の低下ということで、さまざまな面で悪い影響が出ています。

新潟政令市の教育ビジョンでは、子供たちの生きる力と豊かな心を育むことを大きな目標の一つに掲げております。そして、それを支える体力、健康づくりということについても重点的に取り組んでいきたいというふうに考えております。新潟市は来年、国の食育基本法に基づきました食育基本計画を策定いたしますが、家庭における食育の機能を強化したり、あるいは地域や学校、各種団体、行政が連携いたしまして食育に取り組んでいくということが大事だと思っております。今日のこのフォーラムが、ご参加の皆さんを初め多くの皆さんが改めて食の大切さ、食育の大切さということを認識していただく機会になることを願ひまして、簡単でございますが主催者を代表しての開会のあいさつとさせていただきます。ありがとうございました。(拍手)

第1部 基調講演

食育ってなんだろう？

～「いただきます」「ごちそうさま」の間からみえるもの～

講師：服部幸應氏



皆さん、こんにちは。今日はまたいい天気になってしま
いまして、この中にいるのがもったいないと思われる
方もいらっしゃると思います。

食育って何かと、きっと興味を持って来ていただいた
方が多いのではないかと。もちろん、食育なんてわかるとい
う方もいらっしゃると思います。昨年7月15日から食育
基本法が施行されました。7年ほど前から僕が提案して国
と一緒につくってきた関係がありますので、食育の内容に

関しては皆さんにぜひ知っていただきたいなと思っています。その辺を歩いている方に
「食育ってなあに」と聞きますと、「親子料理教室でしょ」と、これで大体終わってしま
います。料理をつくるのが食育だと思われる方が多いのです。食育って何かという
ことを、せっかく今日こうやって来ていただいたので、この後、篠田市長ほかの方々とい
ろいろな意味で食育をもう少し深く掘り下げというのが第2部にございますけれども、
私はまず食育の概念を知っておいていただきたいと思います。

まず、家庭に食育が欠けてきた。ということは、親御さんが子供さんにしつけをするこ
とが欠けてきたというのが一つです。あと学校。学校が家でしつけをされたものをさらに
延長して、しつけをきちっと大人になるように見守っていく、指導していく、そういう立
場が学校には必要だろう。どうもそこに親御さんと学校との間にずれが生じてきている。

それから地域社会。これには日本の食料自給率ということがあります。日本は何パー
セントぐらい食料自給率を持っているか皆さんご存じですか。自給率というのは、皆さん
が朝、昼、晩、お食事をされますけれども、その中の何割が日本でつくられ、とれたもの
でしょうか。何割が輸入品でしょうか。こういうことをカロリーベースで計算したものを
言うのですけれども、日本は40%しかないのです。残り60%は輸入なのです。これは先進

国の中では一番輸入量が多い。世界192カ国ありますけれども、下から数えて68番目という、もう開発途上国にも負けてしまうほど日本は外国に食糧を頼っているわけです。

今から大体50年前に、ドゴール大統領って覚えていらっしゃるでしょうか、フランスにかぎ鼻の大統領がおられた。この方が当時、食料自給率が100%ない国は独立国とはいえないと言った。そうしたら前の国、今のEUの前身の国々はあわてました。これは大変だ。当時、英国は40年前に46%しかなかった。今は77まで来ました。ドイツが68だったのが91まで来ました。アメリカは102あったのですけれども、125。そしてフランスは、偉そうなことを言っただけあるのです。104だったのが130まで来たのです。日本は当時73%あったのが、あっという間に40まで逆に落ち込んでしまった。その落ち込んだ原因はあるのです。これは工業化を図るために農業関係従事者、漁業関係の若手がみんなそちらに引き抜かれたというか、魅力を感じて行かれてしまったのかもしれない。当時、農業や漁業の関係者は1,380万人いました。今は220万人で、220万人のうちの54%が65歳以上ですから、やはり生産が上がらなくなってきている。若手を導入しなければいけないという、これは国の政策になりまして、これも考えなくてはいけない。

おまけに残飯世界一ですからね。こんなに残飯を出していいのか。1人頭171キロ。これはEUの一人頭の3倍です。もったいないという意識が我々にありましたね。ところが今は外国人がもったいないと言ってくれているのです。西アフリカ、ケニアのワンガリ・マータイさんという女性の環境副大臣ですけれども、2004年にノーベル平和賞をとった方です。去年も愛知万博に来られて「もったいない」。僕は聞いてみたのです。「どうして日本語でもったいないと言うのですか。これは世界で通用しませんよ」と言ったら、「いや、私は通用させる」と、すごい信念を持っていました。もったいないの意味の中には、リ・デュース、リ・ユース、リ・サイクルという3つのRが入っている。これは何かというと、ものを大切にする。それももう一度使い直すとか、再利用して使うとか、そういう観念が全部言霊として入っていますと言われました。世界で、一言でこの3つを言い切るのは「もったいない」という言葉しかないのですと、教えられましたね。

こういったことを日本の人は忘れてしまったのではないか。ご飯粒一つ残しても、言われませんでしたか。実は、今日は僕の話聞いてくれなくてもいいような人しか来てなくて、本当は来てほしい方がほとんどいない。聞いていただきたいのですけれども、ほんとに一粒でも残すと、米という字を知っているか、八十八と書く、八十八の意味は、汗水たらして八十八の手間暇かけてつくったのが米一粒だ、それを何で残すかと僕は怒られ

ましたけれども、まさにそういった一言注意されることはこのごろ少なくなったし、またそれをおっしゃる親御さんも少なくなった。これはちょっと残念なことです。いろいろあるのですけれども、食糧問題はまた後ほど触れます。

私がこのごろ心が痛いなと感じているのは、やたら変な事件が多くありませんか。子が親を殺傷したとか、撲殺したとか。いやな話ですね。また、親が虐待したとか。どうしてこんな事件が多くなったのだろう。

実は私は15年前から食育ということをテーマに活動し始めたのです。そのときにもう予想したのです、年に一、二件は変な事件がありますね。あの当時はそうだったのです。これが10年後、ということは今より5年前のことですが、こういう事件は月に1回になりますよ、これは食育がきちっと家庭で行き渡らないからだ、こう僕は予想したのです。そして今年の1月から6月までの半期、今、警視庁の仕事をしているのですが、その中でいろんなデータがあるのですけれども、親子が殺し合ったり、変な事件が増えました。今年は何のくらいあったと思いますか、この1月から6月の6カ月間で、17件です。このまま行くと1年間で30件を超えるわけです。僕が予想していたよりもはるかに早かったですね。そして5年後には50件になると思います。10年後には100件になると思います。それはもう予想が立つのです。というのは、警視庁の数字で言うと、青少年犯罪がこの二、三年は減ってきている。よかったねと僕が言った。そうしたら、中身を見てください、半殺しが増えてきている。結局、半殺しがちょっと過ぎるとお亡くなりになるのです。これがテレビやマスコミにわっと飛びつかれて出てくるわけです。ところが、半殺しで、救急車で運ばれて、警察署の事情聴取を受ける。しかし近所隣の眼があるから親御さんが抑えてしまうのが多い。そうすると表面に出てこない。こういう事件がものすごく分厚くなってきたのです。ということは、一步間違ると、みんなこれが出てきます。

私は今から18年前に、うちの学校で、あるきっかけで食育をやることになったのです。入ってきた栄養士科、調理師科の学生ですけれども、君たちの1週間の食事日記を提出してごらんと言った。そして1週間分、出てきたものを見てびっくりしました。朝食抜きが多くなりました。バランスの悪い食生活。そして、ダイエットをしている女子学生が多いのです。君たちは栄養士または調理師という食のプロフェッショナルにこれからなろうとしているのに、こんなに食生活が乱れていては困るよ、勉強してねと言って、2年後の卒業前にもう一度、1週間の食事日記を同じ人たちに出してもらった。比べてみたのです。どのくらい改善していたと思いますか。これから3つ数字を言いますから、後から手を上

げてください。80%以上改善していた。50%以上改善していた。50%以下だった。さあ、これから手を上げてください。

80%以上改善していたと思う方、手を上げてください。 若干28名ですね。(笑)あまりうちの学校を信用していませんね。(笑)

では50%以上と思う方。 82名でしたね。(笑)

それでは50%以下と思う方。 一番多いじゃないですか。

私も実は五、六十パーセントだろうと思っていたのです。ところが数字を見て唖然としました。改善されていたのはなんと6%。ひどい学校でしょう。私は、うちの学校はひどいなと思ったけれども、教師を呼んで、ほかの学校も調べてみたのです。大体6%。もう二十歳ぐらいになったら子供のころからの食習慣は変わらないし、生活習慣は変えられないです。

ただ、試験を見るとおもしろいのです。「理想的な献立」という試験を出すでしょう。80点、90点、100点をとっているのです。頭ではわかっているのです。わかっちゃいるけどやめられない、そういうことはありませんか。皆さんも、これは悪いということはわかっている、けどやめられない。それは小さいころからしつけられたり、自分でもう決めてしまったというか、決まってしまったというか、その頃に決まってしまう。

では、その頃っていつだろう。まず、0(ゼロ)歳から3歳。これは親子のスキンシップの非常に重要なときです。三つ子の魂百までもと言うけれども、この0(ゼロ)歳から3歳というのは、親が子供の前で子供を脅かすようなこととか、大きな声を出すとか、暴力的なものを見せるとか、こういうことをやってはいけないのです。胎教まで入れるともう少し期間が長い。おなかにいるときも同じことなのです。びくっ、びくっ子供がしますからね。ですから、いい音楽を聞いたり、いい物を見たり、いい物を召し上がったり、笑ったり、まず親御さんがそれをするのがすごく重要になってくるのです。

その次は3歳から8歳。この限定された6年間。これが何かというと、先ほどの、うちの学生がたった6%になっている理由はここにあるのです。人間の脳は10歳で完成するのです。8歳から10歳までの間というのは、好奇心も強くなる。なぜだろう、なぜかしら。それをもって彼らはしつけられません。非常にしにくくなります。

ではいつまでか。8歳までです。1年間は365日あります。朝食だけで365回、昼食365回、夕食365回、合計1,095回あるわけです。1,095回のうち大体何回ぐらい家族で食事をする機会があるか。僕の時代は、平均してみましたら大体700回から800回していました、

この3歳から8歳の間は、大体6歳になると小学校へ入るでしょう。給食に1年で180回ぐらいとられてしまう。そのほかに、3年生まで行く間にクラブ活動とか塾通い、いろいろなことでとられますけれども、昔は朝食をちゃんと食べていました。そういうことを考えると七、八百回です。大体七、八百回の方が多いですね。今でもそういう方はいらっしゃるのです。ところが、それがぐーんと下がってしまった人がいる。僕が調べたところ、年間50回というのがある。1年54週ですから、1週間に1回。いいほうでしょうねとその親御さんに言われてしまいましたけれども、とんでもない。今、大体親子が接している、または家族が接していて一緒に食べる、これが3分の1に減っています。例えば子守唄、「ねんねんころりよ、ねんころり」という、あれが戦前戦後を通じて、今親御さんと子供さんが接している、また歌ってあげる機会が3分の1です。

僕は「コ食」というのを5つに分けているのです。孤独の孤、個人の個、固まる固、小さい小に、粉の粉。ちょっとこれをその中に差し入れてお話を聞いていただくのですが、3歳から8歳までの間。孤独の孤というのは、1人で食べているのです。寂しく食べています。そして勝手に食べているのです。用意しておいて、これをいただきなさいという場合もあるでしょうけど、大体自分で買ってきたり、ほんとに偏った食生活になっている。テレビを見ながら、集中はそちらに行ってしまうたりする。

次に、最も困るのは個人の個です。これは何かといいますと、同じ屋根の下で親子が団らんしている。いいですね、団らんって最高じゃないですか。なのにお父さんがカレーライス、お母さんがスパゲッティ、子供がピザパイなんです。まるでファミリーレストランのメニューです。このばらばらのメニューを勝手に食べるようになってきたということがどれだけ子供をわがままにし、協調性をなくして、人から注意されるとむかついて切れるきっかけをつくっているか。これが今一番怖いのです。食べることだけに関連すること、好き嫌いではない。すべてのことにむかつく子になるのです。これをこの食卓でつくり上げていることに、まさにこれは法律にしなければいけないなと思って7年前から法案作りに入ったわけです。

食育基本法と言いますけれども、食卓基本法がわかりやすいでしょうか。食卓で多くの時間を、それもテレビを消して食事をしてくださいよ。僕は世界76カ国を回っているのですが、外国の家でテレビをつけて食事を許しているところは、僕の行っている限り一件もなかったです。日本だけです。部屋が狭いとか、ダイニングとリビングが一緒だという住宅事情はありますけれども、それでもぴちっとする。今は親子が一緒になっても

食事はばらばらで、テレビは一緒。だれが離婚したなんていう話題で子供と盛り上がっているのです。これは教育上悪いですね。

それと、固まる固というの、同じ物しか食べない。ずうーっとピザパイばかり食べている子、カップラーメンだけ食べている子がいるわけです。

小さい小というの、女の子に多いのです。激やせを望んでいて、食が細いのです。おまけに固まっているのです。これも食生活のバランスが悪いです。

そして、粉の粉。これはパンが中心です。日本人がこんなにパンを食べるようになったのは戦後なのです。給食もパンを週に2回、3回ぐらい入れた学校もありましたが、今はだんだん少なくなって、いい傾向だなと思っています。結局同じグラム数でいうとカロリーが倍近く違います。そしておかずがどうしてもパン食に合わせるように、特に日本はマーガリンを使うのですね。マーガリンはトランス脂肪酸といって心筋梗塞の大もとになる。水素で固めていく。だからああいうどろっとするようになるのですけれども、それが体に非常に悪いのです。オキシフルを油と一緒に飲んでいるようなものです。これも外国ではだんだん禁止になってはいますが、まだ日本は甘いです。普通のバターのほうがよっぽどいいということです。こういうものを我々はこれから避けていかなければいけないだろう。

そのときに、食卓で子供を指導すべき親御さんが子供なのです。そんなことを言ったら怒られてしまう。皆さんのことではないですよ。今日はここに来られていない方のお話をしますから。(笑)結局何を教えていいかわからない。なぜかという、今お父さん、お母さんをされている方の親御さんがまたそうだったから。今、大体40代に一握りいますね、いわゆる核家族になってしまって、親御さんの衣食住の伝承を受けていない40代の方が。そして30代に2握りいます。20代に3つ握りいます。そして10代になるともう4つ握りになっている。ということは、30代、40代のお子さんが今10代ぐらいです。だから、これは早いところ、昔どうだったか　今、ここでほとんどの方がうなずいてくださっていましたけれども、その方が回りの方に、そうしなさいよと言ってあげてほしい。

このごろ公園で子供を見かけなくなりましたね。大体ジョギングをしているおやじとか、犬の散歩をしているおやじとか、うらぶれた格好でベンチにたたずんでいるおやじとか、ダンボールから出入りしているおやじとか、おやじを悪者にしてしまいましたけれども、あれは市、町、村の行政があそこを整備して、そして子供さんが遊びに行ける場所にしてほしいなとぼくは思います。大体親御さんはそういうことを知ってか「表へ行くんじ

やないよ」、「危ないよ」と、こうですね。それで家にこもらせる。そうすると、大体かぎつきの部屋が多くなってしまって、うちは勉強部屋があるから大丈夫と思ったら大間違い。勉強部屋がないころのほうが勉強していましたよ。これは統計上出ています。勉強部屋をつくってそこへ入れてしまうと、何をやっているかわからないです。そうではなくて、食事をした後ちゃぶ台を片づけて、親御さんは編み物をしたり、本を読んでいたりするところの横で子供が勉強するのがほんとは一番進んだのです。いまさらそう言ってもしょうがないのですけれども、こういう環境をもう一度見直す必要がある。

大体、テレビゲーム、インターネット、Eメール。遊んでいる相手は同級生。Eメールの相手も同級生。僕が子供のときは近所のお兄さんとかお姉さんが、「幸應ちゃん、遊びましょ」。僕なんかもまた弟、妹に、「花子ちゃん、遊びましょ」。これは新潟も同じでしょうか。あまりうなずいてくれませんね。こっちのほうにはそういうのはなかったですか。ありましたよね。そうやって子供同士が連れ立って、群れ遊びと言うのですけれども、これをしたわけです。そして何か事が起きたときに、お兄さん役、お姉さん役が仕切ってくれた。それをまた後輩である我々が見て、自分が先輩格になったときに同じように仕切る。この子供のサークルというか社会、これを12歳ぐらいまでに体験しなければいけない。これは大人の社会の縮図で、これこそが学校の勉強よりももっと大事だということがわかってきた。

この群れ遊びがなくなったのは日本です。僕が76カ国回っている中で、ほかはまだそういう整備をしながらみんなで遊ぶ場所をつくってあげている。今学校は、しょうがないから1年生から6年生まで一緒に遊ばせたり、一緒に勉強させたりしている。そういう学校もあるのです。けれども、それでは追いつかない。本当は真っ黒になって隠れんぼうをしたりいろいろするという、これを日本がなくなってしまうというのは怖いと思います。

どうして年齢的なものでお互いに尊重するか。運動部にいる人は何となくわかっているのですけれども、そうでない限りはこれが理解できないでそのまま大人になるのです。だから今、小学校、中学校、高校、大学、我々の学校もそうですけれども、入ってくる学生さんはため口をきくのです。ため口　先生に対して「それでさあ」とか言うのです。みんな同級生なのです。こういうことは、同級生とばかりしか遊ばせていない親御さんの気持ちはわかるけれども、やはりこれをやらなければ人間が幅広くなれない。

僕はアフリカへ行って、アフリカの酋長と食事をご一緒したときに、運んでくる若者があいさつしながら入ってくるし、みんなしっかりしているのです。へえっ、すごくしつ

けがいいなと思ったから、「大変ですね、こうやってしつけるのは」「いやあ、このごろ悪くなった。しかしこの一人の子供を育てるのに村じゅうの協力が必要だ」と言ったのです。これはどきんときましたね。日本はそうやってみんなでしつけ合おうという意識がなくなってしまった。みんな自分勝手、自分の好きなように、人間は自由だ、平等だ、そのことが前面に出てきたためにおかしくなりました。やはり相手を尊重するという気持ちが、昔は儒教思想があったのでしょうけれども、日本はそんなのはどこかへ吹っ飛んでしまった。そういう意味から言いますと、親を尊敬する、先生を尊敬する、これを規範意識と言うのですけれども、この調査を高校生を対象に世界20カ国でやってみました。これはおもしろかったですよ。

まず、中国の北京で「先生を尊敬しますか」というのをやったのです。そうしたら80.3%の高校生が先生を尊敬しないと答えた。

次はアメリカへ飛びました。西海岸、中部、東海岸、その平均を出しました。さあ、アメリカの先生に対する尊敬度は中国の80.3より高いと思われる人は手を上げてください。

はい、若干16名。低いと思われる方。ありがとうございました。上げない方はどういう方でしょうか。上げないと子供がそれを真似して上げなくなるのです。頼みますね。ということで、今圧倒的にアメリカのほうが低いと思われる方が多いのです。申し上げます。アメリカは82.2。アメリカのほうが高いのです。後で説明します。

ヨーロッパ、EU諸国。僕がやったのは13年前ですからまだ15カ国のときですけれども、今現在25カ国になりました。当時82.7ありました。

次、お隣の国、韓国はどうでしょう。韓国は中国の80.3より高いと思われる方は手を上げてください。ありがとうございました。低いと思われる方 ああ、何人かいらっしやる。やはり高いという方が多かったですか。84.9。儒教思想が生きているのでしょね、一番高かったです。

さあ、いよいよ日本へいきましょうか。日本は80.3の中国より高いか、低い、もうお聞きしません。(笑) 50より高いか、低い、やりましょうか。せりをやっているみたいですね。50より高いと思われる方 ああ、そうですか、38名ですね。(笑) 低いと思われる方。もう絶対の自信を持って上げていますね、よろしいんですか。実は50を切ったら国家として危ないと言われている。本当によろしいんですか。もう皆さんは認めちゃっているのですかね。

僕は20カ国を調べたのですけれども、OECDが大体5年に一遍くらい調べています。

OECDといえば経済機構ですけれども、今から2年半ぐらい前でしたか、日本の小学生の数字が出ました。算数が世界で1位だったのが14位に落ちた。それで日本の文部科学省はあわてました。僕は、いまさら驚かれても困ると文部科学省に言ったのです。というのは、今から40年ぐらい前ですか、日本も世界がとっている規範意識を教育の中に生かそうということで入れていたのです。ところが教員組織が反対して、結局自分たちを査定するのかということにもつながって、日本は規範意識を教育の中に入れなくなりました。世界はみんなこれを基準に学校の中をどう変えようとか、教育をどう変えようかという指針、指標にしているのです。日本は教師個人がこれによって変わってしまう、査定されているように思ったようなのですが、そうではないのです。低くなってきたよ、じゃあどうやって教育を高めていこうか、規範意識を高めようかと持っていかなければいけなかったのに、当時の文部省は恐れてしまって、それ以来触れなかったのです。今気がついたら世界最低。実は21位です。ここまで来てしまったら、日本は危ないのです。これは13年前に21位だった。3年前の数字はどれくらいだったと思いますか。16。世界でこんな低い国はないのです。世界の平均が71です。先生の尊敬度がそんなに下がるはずがないのです。それは親御さんが悪い。「あの先生ほんとにいやになっちゃうわね」とか、それもある。みんなそうやってお互いにおかしくなっていた。

それと、学校で切り株か何か出ていると危ない。そうすると学校に請求書がくるのです。「どうしてくれるのですか、うちの子供に対して」。すごいです。小学校、中学校へ行くと校長先生、教頭先生がびくびくしている。「どうしたのですか」「実はちょっと事件がありました」「何があったのですか」「走らせていたら1人が転んで足の指を骨折した」「それは大変でしょう」「親御さんの顔を見るのが怖くて」。「どうして!」と言われる。昔は違います。うちの子供がご迷惑をおかけいたしましてほんとに申しわけございませんと言っていた。これが親の本来のあり方です。それがもう般若みたいにして来るのだそうです。どうしちゃったのでしょうかね。日本はぎすぎすして、異常事態ですね。

親の尊敬度だけを申し上げておきますと、世界で50を切った国はないのです。日本だけ。ちなみに先ほどの先生の尊敬度で50を切った国は、日本も入れて14カ国くらいあるのです。その日本を除いた平均は47.1ですから、ほかの国はほとんど50に近いのです。日本だけこんなに異常になってしまった。親の尊敬度25.2というのが日本です。ほかの国は83.1が世界の平均。どうしちゃったのですかね。これは親が子供の前で片親を腐したりするからです。「ほんとにしょうがないわね、毎日遅くて。稼ぎもないのに」これは今お母

さんが悪口を言いましたが、その逆もあります。こういうのを子供の前で平気でやるわけです。

そしてもう一つは、ほめ方と叱り方です。ほめ方というのは大事です。いい子ねとハグしてあげる。ほめる、叱る、ほめるという、2回ほめて1回叱るというのは世界の標準です。日本のやり方は、ほめる、ほめる、ほめる。猫っかわいがり。好き勝手なことをさせる。最悪ですね。それと、叱る、叱る、ほめる。これまた厳しいですね。怖いな、怖いな。もっとすごいのは、叱る、叱る、叱る。これはもう叱るどころではないです、虐待です。

さあ、今叱ると言いました。叱るという字は口偏にヒと書きます。これは今の親御さんに当てはまらない。叱るということは、非常に理性を持って、いかにも怒っているように見せかけるといのが叱るということです。理性を持っていないとだめです。ところが今は、怒っている。「何やっているの！」なんて、ご本人がエキサイティングしてしまって、何をやっているか自分でわからない。すると子供は「ふーん、あと20分もすれば落ち着くよ」と、子供のほうが冷静なのです。

僕はアフリカというのは好きなのです。ライオンの親子、キリンの親子、象の親子に鳥の親子、虫の親子、トカゲの親子。アフリカへ行くと急に観察する気になってしまう。子供が生まれますと、哺乳動物はお乳をあげます。卵からかえれば、その周りにちょうど子供が食べられるようなえさを、トカゲでもヘビでもちゃんと置いておいたりするのです。あれは不思議なものです。ライオンは哺乳動物ですから子供にお乳を飲ませて、離乳期になるとシマウマのような動物の肉をあげるのです。キリンとか象は木の実とか葉っぱを子供にあげます。象とかキリンは絶対シマウマの肉をあげません。自分たちが食べるものが何であるかというのがちゃんとDNAに刻まれていて、刷り込まれています。人間は雑食ですから何でも食べますけれども、まず自分たちの種族が支えられているものを食べる。その次に、それをつかまえる方法、また獲得する方法を親が教えるのです。それで一人前になる。そしたら一本立ちさせるのです。もうお前は我々親のそばにいる必要はないと親離れをきちっとさせる。親も子離れをする。これが動物の原理、原則です。

今、日本の親御さんの一部に親離れ、子離れができないように育ててしまった人がいる。動物以下。我々も動物ですよ。高等動物ですけれども、しかし、こんなことをやっていたらライオンにも、キリンにも、象にもなれないです。はっきり言って、親が放棄しているようなもの。大体、こんな格好で親がテレビを見ていると、子供もこうやって見るの

ですよ。みんな同じ格好をしている。全部親の真似。だから昔言ったじゃないですか、「お里が知れる」。「お里が知れちゃうよ」、「あんたの母ちゃんの顔が見たい」とか、そういうことをよく言われたものです。「お里が知れる」というのを今どのくらい普及しているか、僕は小学生に聞いてみました。「お里が知れるって、知ってるかい」と言ったら、5%が「聞いたことある」。中学生に聞いたら8%でした。高校生に聞いたら、また元に戻って9%でした。そういう君たちをお里が知れるというのだよと言ったのだけれども、「はあ」なんて言ってぴーんとかないのですね。お里が知れる人ばかりをこんなにつくってしまった。

日本というのは、ほかの種族が割と入ってこない。このごろやっとな留学生などが増えてきました。僕は8つの大学の客員教授をしていて、授業をしに行くのです。そのこともあってことしの3月、卒業のときの謝恩会に呼ばれたのですけれども、8つ全部行けなくて4つだけ行ってみました。みんなで飲んだりするのですが、ちょうど留学生がいるところへ行きまして、そこは医学部が多いものですから、君たちはエリートだね、将来どうするの。日本で言うところの厚生省に、「帰ったらすぐ勤めるのです」。「ところで日本の印象はどうだった」「よかったです」「いや、ほんとのことを言いなさい」。まあまあ、飲みなさい、飲みなさいと飲ませたのです。そしたら、ほんとに言っていいですかと言うから、おお、言いなさい。「日本の学生はだらしない。こんなだらしない国には自分たちの国はしたくありません」とほとんどの留学生が言いました。僕はそこの教授たちに「聞いたこと、あるの」「いや、聞いていない」。4つの大学、行ったところ全部ですよ。だらしなさ過ぎる。服装もだらしない。何族かわからない頭をしている。それと、人間がおかしい。人の約束は破るわ、何やっているのですか、あの人たちは。自分たちの国では、高等教育というのはエリートを産出する、そういう者をつくるためだが、日本はどうもだめですねと言う。

成人の日というのがありますけれども、僕は二十歳というのは早いのではないかと思う。30歳からでどうでしょうか。それでもまだ日本は無理かもしれない。ほんとに子供ですね。そう言ったら、ある人が「だからこそ15にもって行って、そのころから厳しくしつける。30というともっとだらけちゃうよ」と言う人がいたのですけれども、そうかもしれない。

今日お話ししていることは、みんなが何となく気づいていることですね。3歳から8歳の食卓では親御さんがテレビを消す。ここにお料理があったとしますけれども、大体

我々の時代は同じものを食べていたのです。お父さんだけが特別扱いで、何だ、おやじのだけ何かついているよ。お父様は表でお仕事をされて大変お疲れでございます。だから1品多いのと言われて妙に納得したものです。昔はそういうことを一つ一つ確認できたし、また酒の肴をちょっとつまむこともできたのです。お前は酒を飲まないのに好きだな、なんて言われたり、そうやって食卓の上でいろんな花が咲くわけです。例えばここに煮物があつたとします。ジャガイモ、タマネギ、レンコンにゴボウにニンジンが煮てあつたとする。ジャガイモはホクホクしている。ああ、ホクホクしておいしい。そうだろう、これは今新ジャガだよ、おいしい季節だ、といて覚えてくれるじゃないですか。最後にニンジンが残った。何でニンジンを食べない。臭くていやだ。だめだよ、食べなきゃ、なんて言ったけれども、それでも今度はお母さんやおばあちゃんがこれを切り刻んでハンバーグに入れてくれて、一手間かけた。今この一手間をかけない親御さんが出てきた。

では、どんな親御さんか。僕は今小児科の先生方のところと連絡を取り合っているのだけれども、6カ月検診に来た若いお母さんが「あのう、うちの子供はブルーのおしっこが出ないのですけれど、先生、大丈夫でしょうか」。ブルーのおしっこをごらんになったことがありますか。されたことはありますか。先生が「何、それ」。「あのう、テレビを見ていたらみんなブルーのおしっこをしているのです」と言う。(笑)それは某パンパースという紙おむつの宣伝で、ピーカーにブルーの液を入れて垂らすと、滲みても漏れないというのがあるらしい。それをうちの子供はブルーのおしっこが出ないと早合点した。これはほんとの話です。そうしたら隣の先生が、「うちの子供は離乳食のカスタードプリンが大好きで、1日7個食べさせている」。それしかあげていないのですって。こちらの先生は、この前ひどいのがありましたよ。「うちの子供はカキフライが大好きで1日13個食べてしまいました」。死んじゃうよ。どうやって食べさせたかというのと、冷めたものの端をほじって与えたら、チュウ、チュウ吸ったと言うのです。ええーっ、6カ月ですよ。「はい、どうぞ次の方」、入ってこられた。「ところでお母さん、お子さんは?」「えーっ、連れてこなければいけないんですか」(笑)。こういう話はたくさんあるのです。本当に子育てを意識しているのかどうか。本当に怖い世の中になってしまった。

これはおじいちゃん、おばあちゃんとか、お姑さんとお嫁さんが一緒に住んでいると、こういうことを教えてくれたのです。核家族になると、ダーリンとかハニーとか、まず2人だけですから、どんなことでも許されてしまう。遅くまで寝ていても全然だれも何も言わない。ところが、昔であれば、お姑さんの目が光っているなと思うとお嫁さんはかわい

そうですけれども、お嫁さんは緊張の中で炊事、洗濯、それも家族のために味を整えながら、その家の味に合わすように努力する。そういうことを培いながら、苦労されて初めて家族の中で引き継ぎがなされてきた。今、引き継ぎが途切れ途切れで、ぶっちぎれちゃったね。

これが先ほどのように、これはおかしいよという注意ができないでいると、例えば好きなものだけ食べることを許してしまう。わがままになる。協調性がなくなって、人から、これはおかしいじゃないかと注意されると、むかついて、切れる。切れるには糖質が多くて低血糖になるとか、実はいろんなことが原因としてあるのですけれども、今日は時間的な問題があるので細かいことは言いません。ただ、早寝、早起き、朝ご飯運動というのを僕もメンバーでやっています。なぜ朝ご飯を食べなければいけないかということだけはお知らせしておきたいなと思います。

皆さん、夜食べたものは、エネルギーが蓄積されるのです。なぜかというと、もう夜はお休みになればその間は心臓を動かすとか、肺を動かすとか、一部体を動かしているだけで運動をしていませんでしょう。そうすると、栄養素はグリコーゲンという形で肝臓と筋肉にため込むことができるのです。どのくらいかということ、皆さんですと60グラムぐらい。このグリコーゲンは、大体寝ていると1時間に5グラムずつ消費するのです。8時間後にどのくらい消費しているかということ、40グラム。残り20しか残っていないのです。この20残っているときに朝食をとると、消化して、ちょうどこの20がなくなるころに食べたものがまたエネルギーになるわけです。

ところがこの20が、食べない場合はどういうことになるか。まず10グラムで学校へ行ったり仕事場へ行くのに使われてしまう。9時に席について、いよいよ授業とか、会社で仕事というときに、10グラムしか残っていないわけです。これが大体どのくらい持つかといいますと、小さい子ほど代謝が激しいものですから、40分から50分しか持たない。僕ぐらいになると1時間20分ぐらい持つのです。だから10時か10時半ごろにはすっからかんです。子供だったらもう10時になる前にすっからかん。何がすっからかんかということ、グリコーゲンというのは、難しいことを言いますが、加水分解して血管に入ってくるのです。何にして入ってくるかということ、ブドウ糖になって入るのです。このブドウ糖が隅々まで行き渡るから我々の体というのは動くわけです。特に、脳のエネルギーというのはブドウ糖なのです。ブドウ糖以外のエネルギーは受け付けません。だから、グリコーゲンがブドウ糖になるわけですが、それが10時ごろにはすっからかんなのです。そうしたら、

勉強していたらどうなります。集中力がなくなります。そして、先生に「はい、君、答えてごらん」とポーっとしているときに当てられて、それが二、三回繰り返されると登校拒否になったり、おれ、やだよとなるわけです。

文部科学省として、ちょうど1年ぐらい前に3カ月ぐらい調査をやらせていただいたのですが、そのときに大体15%成績アップということがわかりました。ということは、45点しかとれない人が及第点の60点をとれるのです。すごいでしょ。簡単に言えばそういうことになるわけです。ですから、1時限目は学内で授業をやっていて、2時限目は体操です。この子たちの中で朝食を食べていない子がいると思うから、大丈夫かなと思ったら、体は動くのです。グリコーゲンがもうブドウ糖になっていて、ないのです。どうして動くと思いますか。中性脂肪がエネルギーにかわるから。だけど中性脂肪がどんなに逆立ちしてもブドウ糖にはならないのです。だから脳は動かない。体は動いているのだけれども、集中力のない動き方をします。この辺が朝食を食べなければいけない理由なのです。要は、脳のエネルギーはブドウ糖。夜食べたものはお昼まで持ちません。だから朝食を食べるのです。朝食を食べることによってお昼まで持たせるように持っていくということ。それをするによって成績アップにつながる。そのリズムをつくることです。

さあ、先ほど申し上げたように、年間365日、ということは朝食だけで365回あるのです。この365回をできるだけ、全部の親御さんが集まることは難しいにしても、片親だけでもいいですから一緒に食べてあげる。全部が集まれば最高ですね。そのかわりテレビは消してください、ということにつながるわけです。こういうことを我々はきちっと、今日からでもやらなければいけない。

実は先ほどの世界の規範意識で、50%を切ると危ないと申し上げましたけれども、日本が、先生の尊敬度、親の尊敬度が50%になるまでに、今日からこの食育を始めて50年かかると思います。世界標準の親の尊敬度83.1、先生の尊敬度71に持っていくのに、今からやって100年かかると思います。僕は、僕の世代ではできないと思っています。皆さんの世代でも終わらないと思います。しかし今から手をつけなかったら、日本は世界で孤立してしまいます。殺し合いという言葉をあまり使いたくないけれども、変な事件ばかり巻き起こって、皆さん、うっかりその辺を歩いていらっしゃいませんよ。先ほどアメリカの話をしたけれども、アメリカでもブロンクスなんていうところは危ないのです。日本じゅうがブロンクスになってしまうかなという心配を実はしています。

僕は3カ月前にNHKのクルーと一緒に久しぶりにアメリカへ取材に行きました。1

カ月半ぐらい前に、NHKのBS1で放映しました。アメリカの食教育の光と影というので50分間の番組をつくったのです。大学3つと病院2つ、小学校、幼稚園、保育園、そういうところを回ってきました。おもしろかったですよ。まず、3歳児、4歳児に料理を教える学校があります。日本は小学校5年からです。料理はつくれなくてもいいけれども、ある程度できる。世界で一番調理のできない子供をつくった国は日本です。大人ですよ。30代でも40代でもできないという人が多いです。親がやっていないから、それを見ていないというのもあるのです。あ、皆さんのことではありませんよ、今日来ていない方の話ですから。今、調理済み加工食品は7割以上です。チーンして、便利ですよ。本当にそういうものを食べるようになってしまっている。

3歳児に、カスタードクリームを使ってバナナプディングをつくりましょうという。へえー、子供がつくるのかね。ポウルにカスタードクリームがありまして、バナナのむいてないのが置いてあって、ウエハースが置いてあるのです。そうすると、先生が透明のカップにまずカスタードクリームを入れて、バナナの皮をむいて、バナナを切って、並べまして、またカスタードクリームを上からサンドして、その上にウエハースをぽんぽん、ぽんぽんとトッピングするのです。はい、できましたよ、君たちやるんだよ。僕もそばにいたら、君もやりなさいと言われて、はいと言って一緒につくった。さあ、できたら先生のところに持ってきてね、と言うわけです。はい、できました、と子供が持ってくる。皆さんが先生だったら何と言いますか。日本語でいいですから言ってください。「はい、できました、先生」。何か言ってください。わあ、上手。おいしそう。日本語では大体この2つですけども、では英語で言ってください。デリシャス。僕もそう思っていたのです。僕はもうアメリカへ20回以上行っているから、ふだん大人としゃべっていて何にも気がつかなかった。3歳児に先生が何と言ったかといったら、僕は心臓がどきんときて、飛び上がってしまった。「good job」と言ったのです。good jobというのは「いい仕事してますね」です。(笑)

世界じゅうにいろいろな国がありますがけれども、アメリカはニートが少ない。ニートは何かといったら、親のすねをかじって、大人になってもいまだに働こうとしない、そういう人たちです。今、日本のニートの一番年上というのは五十何歳でしょう。もうそのぐらいの人がニートになっているわけです。47万人と言っているけれども、もう100万人を超えています。我々大人にとってgood jobというのは「おお、やったね」ぐらいで、気軽に言うのです。ところがgood jobは、子供にとっては熟語じゃないのですよ。goodという

のは「よい」なのです。jobというのは「仕事」なのです。そこに言霊が入っているわけです。子供のときに、いい仕事をしなければいけないということが入ったら、これがビジネスしないと自分は生きていけないというのにつながるわけです。日本ももう少しこれからそういうところを意識して子供たちに教えていく必要があるでしょうね。別にgood jobなんて言う必要はないですけども、いい仕事してますねと言うこともないですけども、何か方法を考えていかなければいけない。

それともう一つ、しつけの最後に申し上げておくと、先ほど、ほめて、叱って、ほめる。では、叱る場合どうするか。おしり（パーン）。これは世界の標準なのです。日本の親御さんを僕は改めて見てびっくりしました。頭を叩くわ、びんた張るわ、蹴りまで入れる親御さんがいるのですね。そして問題は、叩くのを終わるのは8歳まで。ということは、しつけが終わるのが8歳ということです。これが世界の標準。これを12になっても14になっても17になってもバチン、バチンやっている親御さんがいるのです。そうすると、寝ている間に復讐にあうのですよ。（笑）いや、ほんと。それが先ほど申し上げた半殺しが増えてきた。両親が、2人で寝ているところへ、もうかあーときて、バンバンですよ。今晚気をつけていただかなければという（笑）、そういう状況までできています。これは食卓でいかにしつけが行われてこなかったかという、その結果が今どんどん出てきている。

これを受けて学校側も、まず保育園、小学校の1年生、2年生、3年生までは先生と親御さんが同じ目線で、信頼関係のもとに同じしつけをしなければいけないのです。日本は、先生がこんなこと（叩く）をやったら先生はすぐくびになってしまう。僕ははっきり言いますが、外国の学校は厳しいですよ。むちでバパーンときます。それと、英国とかフランス、ああいう国々の寄宿舎へ入ると、すごいですね。僕の知っている人が大分入っていましたけれども、一番厳しいのが食事をするところ。もう背中をびーっと伸ばして、格好を崩せないのだそうです。けれどもこれで世界に共通する、教養を持った人間の形をつくらうということで、むちでパチーンとくるのです。そのことに関して、さっきのお里が知れちゃうようにしているのは日本だけです。ぜひもう一度そこを見直していただきたいなというふうに思います。

さて、あと残された時間で、食育というのは、食育基本法の中身は33条でできているのです。これは僕が書いた本がもとでできたのですけれども、自分でもわからない、法務部の、つくっている人に、ちょっと意味がわからないのですけれどもと言ったら、これが法律ですと言われた。そこで、これをかみ砕いて、食育基本法が成立したのが7月15日で、

それから例の衆議院選があつて、その後10月からずっと1カ月に1度、食育推進基本計画検討会というのを行つて、ことしの3月31日にその計画をまとめました。5カ年計画。今日皆さんにお渡ししました。僕は今内閣府の推進会議のメンバーなものですから、今日これをお持ちしたのですけれども、これをあけていただくと「食育推進基本計画の概要」とありまして、その下の「はじめに」の下にオレンジ色で3つ書いてあります。その2つめに、「食育の推進の目標に関する事項」とあつて、数字が入れてある。これが5カ年計画の目標で、こういう形にしていきたい。メタボリックシンドロームといって内臓脂肪がおなかにたまってしまふ。そうすると高血糖、高脂血症、高血圧症というのがどんどん伸びてくる。これがさらに増えていって何になるかという、心筋梗塞、脳梗塞、虚血性心疾患という生活習慣病になってしまうわけです。これで男性だったら85センチ以上は気をつけましょう。女性だったら90センチ以上は気をつけましょう。これはおへその上を測ってくださいよ。よくずらしてやる方がいるのですけれども、おへその上が一番高くなっていますから。

こういったことであるとか、いろいろ書いてあるでしょう。食事バランスガイドといって、横にこまがあります。これも厚生労働省と農水省、両省の委員会で、僕も委員になって、フードピラミッドをつくろうよということで始まったのですけれども、僕は逆さにしちゃおうよと言ってこまにしてしまったのです。こまはバランスが悪いと回転がとまってしまふ。上に走っている人がいますが、これは何かというと、運動が大事だ。皆さん、ダイエットは二十歳



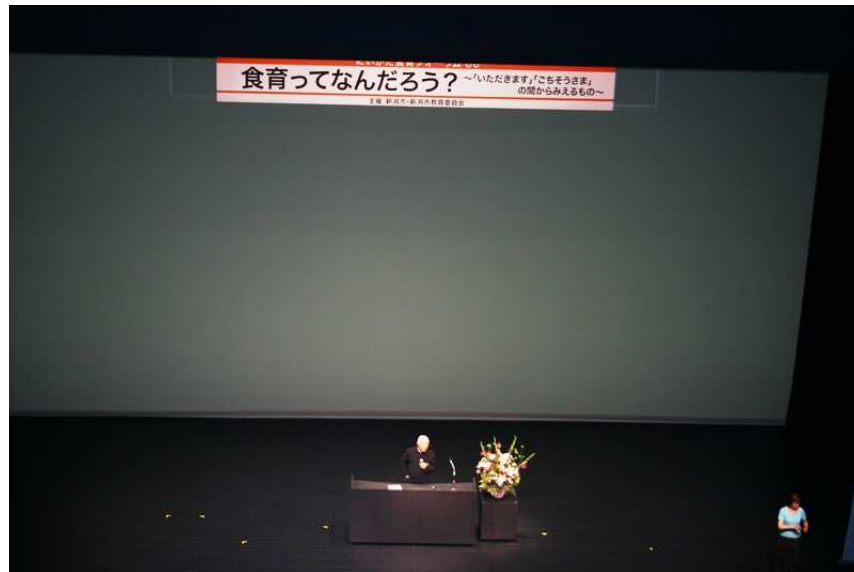
までお子さんにさせてはだめですよ。それと、何を言いたいかという、先ほどのゼロ歳から8歳までは、精神をつくる時なのです。よいこと、悪いことの区別がわかるようにする。その後、二十歳まで、親の責任はまだあるのです。骨密度のピークというのは二十歳です。二十歳までは子供さんに偏った食生活をさせないようちゃんと見守ってあげる義務が親にはあるのです。そうでないと、親としての義務を放棄していることになる。7歳から14歳というのは子供の成長期です。女性からまず伸びていくのですけれども、このときにバランスの悪い食生活をさせておくと、骨密度が薄くて、細くて、軽石みたいな骨をつくってしまう。そうすると、どんなにカルシウムをとろうが、大体20歳を境に40歳ぐらいまでゆっくりと下降線を描き、40歳ぐらいから少しずつ落ち込むのです。だから二十歳

の一番高いところに骨の太さであるとか、重さであるとか、密度を持っていくべきなのです。ところが、僕も解剖学教室で二十歳前後の人たちの骨を随分見たのですけれども、細いのが増えてきましたね。それは親御さんが固食、小食を平気でやらせた結果です。30代の前半でもう女性機能を失います。これはえらいことです。そういうことをさせないためにも、体を見守るのは親の役目として二十歳まで。ダイエットはさせない。

もう一つ。先ほど私は残飯世界一と言いました。今地球の人口は65億です。65億の中で本当に豊かな生活をしている人は8%しかいないのです。5億1,000万人。この5億1,000万人の中に日本人の1億2,678万8,687名 2度と言えませんが（笑）、これが入るのです。実は92%の人たち、13億人が水不足です。日本人は、ひねると水が出てくるし、お金があるからミネラルウォーターも買えるけれども、水は売っているけれど買えないという、そういう人たちがほとんどなのです。そして、12億の人が、食材がなかなか手に入らない。8億4,200万人が栄養失調です。1日2万5,000人が餓死している。1年間で計算すると900万人以上です。日本が実は40%しか食糧がとれませんで、60%を輸入している。全部を合わせると9,200万トンぐらいありますけれども、この9,200万トンのうちの2,154万トンというのが残飯なのです。これは捨て過ぎ。この中でも食べられる部分と食べられない部分があります。骨とか皮とか、食べられない部分がありますけれども、食べられる部分だけを引っ張り出すと900万人で、まだおつりがくるぐらい。今捨てているものを半分に減らすと、その半分でこの900万人を救えるのです。日本は今、あまりに豊かになったがゆえにほかの世界が見えない。そういうものを学校で教えていないのです。

僕はいろいろな国から呼ばれて、オファーがあって、日本の食文化というものを世界に知らせに行くのです。向こうはヘルシー志向で、日本の食はすばらしいと言っている。そして、あなた方の国の食料自給率をご存じですかと聞くと、もう半分以上は知っています。その年になってどうしてわかるのですかと言ったら、小学生のときにまず教わるのだそうです。中学生のときにもう試験に出るのだそうです。あれは4年か5年で変えるので、方程式だけ頭に入れていて、発表になるとその都度そこに入れかえて、それで自分の国が幾つかというのを知っているのです。日本はそういうことすら知らない。大人が知らない。先生方が知らない。日本は自分の国だけ見えているように感じているのだけれども、なかなか見えていない。これを今後改めていく。だから食育なのです。食育というのはあらゆる年代、子供から大人、お年寄りまで、それぞれに必要なだと思います。そんなことでまた後ほどお時間がありますので、そこでお話しさせていただきたいと思います。

食育は世界に今発信しようとしております。スローフードとかロハスとか、そういうものにすぐ日本人は飛びつくし、マスコミも飛びつくのですけれども、これからは *shokuiku*(シヨクイク)で、「もったいない」と同じように日本は世界に発信していかなければいけないなというふうに思います。ありがとうございました。(拍手)



第2部 パネルディスカッション

にいがた人の『食卓』

パネリスト

篠田 昭 新潟市長

眞谷 誠祐 新潟市新潟地区小中学校PTA連合会会長

宮尾 久美子 農業生産者

伊藤 慎一 (株)サンデリカ 総務本部 総務部次長

コーディネーター

服部 幸應

【司会】 本日のパネリストをご紹介します。舞台向かって右側よりご紹介させていただきます。

お一人目のパネリストは食品関連事業者代表としてお越しいただきました伊藤慎一さんです。

【伊藤】 本日は皆様と一緒に勉強させていただこうと思っております伊藤と申します。よろしくお願いいたします。(拍手)

【司会】 続きまして、生産者代表としてお越しいただきました宮尾久美子さんです。

【宮尾】 豊栄地区で農業をしております宮尾久美子です。よろしくお願いいたします。(拍手)

【司会】 続きまして、子を持つ親の代表としてお越しいただきました眞谷誠祐さんです。

【眞谷】 新潟市新潟地区小中学校PTA連合会の会長をしております眞谷でございます。よろしくお願いいたします。(拍手)

【司会】 4人目のパネリストは篠田昭新潟市長です。

【篠田】 本日はほんとの大勢の方にお集まりいただきましてまことにありがとうございます。今日はよろしくお願いいたします。(拍手)

【司会】 最後に、コーディネーターをご紹介します。

改めてご紹介いたします。服部幸應さんです。

【服部】 よろしくお願いいたします。(拍手)

【司会】 それではここからはコーディネーターの服部さんに進行を引き継ぎまして、「にいがた人の『食卓』」をテーマにパネルディスカッションをお願いいたします。

それでは服部さん、よろしくお願いいたします。

【服部】 はい。それでは第2部は、それぞれのお立場で、4方おそろいになられています。特に市長もお出ましました。篠田市長は食育に関しまして非常に関心を早くからお持ちいただいて、新潟を食育の推進モデル市にしたいというお話もされております。日本の将来を考えた場合に、この食育のあり方というのは、先ほど私の話を聞いていただいて、何となく食育ってこういうものかなというふうにお分かりいただいた方もいらっしゃると思うのですが、そんなことをそれぞれのお立場からまたお話を伺っていききたいなと思います。

まず初めに、篠田新潟市長から、お時間としては実は制限がございまして、8分ぐらいということなのですが、お話ししたい。よろしくお願いいたします。



【篠田】 ありがとうございます。私は服部幸應さんにこういう形でいろいろ大迷惑をかけたり、ご難儀をかけたりしています。新潟市は来年4月1日、本州日本海側初の政令市を目指して今準備を進めております。これまでにない新しいタイプの政令指定都市、「食と花の政令指定都市」という看板を掲げてやっていこうという中で、服部幸應さんから、食と花の総合アドバイザーということで新潟市をいろいろ応援していただいたり、あるいは助言をいただいたりしております。

なぜ服部幸應さんをお願いできたのかといいますと、実は新潟市の観光コンベンション協会、ここの今専務理事をやっている者が服部幸應さんと大学時代の同級生だったという縁があって、大変お忙しい中を何回も新潟市に足を運んでいただいています。私ども、せっかくそういうすばらしい縁ができたので、新潟市を食育のモデル都市というような形で、今年度から準備して、来年度あたりからは本格的な取り組みを始めたいなというふうに考えています。

というのも、服部さんが先ほどお話しされた食育、これは大変すばらしい要素です。大体3つの要素ということで先生いつもお話をされているようでございますけれども、地元にはすばらしい食がある、今の自分にとってはこういうものが体のためにいいのだという

ような、食を選ぶ能力、これを早くから身につける必要があるということで、選食力をつけましょうというようなお話をいただいております。それからもう一つは、しつけです。食卓でのしつけ、食卓を通じたしつけ、こういうことを小さいときからやっていく必要があるということ、これは8歳までだよということを今日お話しただけだと思っております。それからもう一つは、世界の、ということでしょうけれども、食糧問題をもう少し日本人はきっちり考える必要があるというお話、この3つが私は服部先生のおっしゃる食育の3本柱かなというふうに認識をしているわけです。これから新潟が食と花の政令市をつくっていくというときに、この3つの視点はいずれも重要であるというふうに思っております。

まず、食糧問題、自給率というもの。先ほど先生のお話でも、日本は40%しかないというお話がございました。我々、今度政令指定都市になるわけですので、先輩の政令指定都市の食料自給率を調べました。2003年ベースで申し上げますと、一番自給率が高いのは仙台市で6%という数字でございます。新潟市はどうか。2003年に81万新潟市としてカウントいたしますと67%と、やっとなんと胸を張れるかなというところなんです。全国平均よりも相当上回っています。そういう大都市が日本で初めて誕生するというのが私ども新潟政令市、田園型の政令指定都市、これをつくると言っている大きな意味です。また日本海政令市ということも言っています。本州の日本海側に一つ大きな拠点をつくらないと、東アジアの時代に日本がいろいろと立ち遅れて不都合ができます。それを立ち遅れさせないために新潟が日本海側に政令指定都市をつくるのだということを言っております。

そういう中で東アジアを見ると中国という大変大きな存在がある。中国は13億の民を養っているわけです。1998年までものすごい勢いで穀物生産を伸ばして13億の民を養うようになったのですが、その1998年をピークに中国の穀物生産が減少に転じてきた。それも半端な数ではなくて、2003年と1998年を比較すると7,000万トンも穀物生産が減ったのです。7,000万トンといってもぴんとこないと思いますが、カナダ一国の穀物生産を上回る数字ということです。これだけの穀物生産が中国から消えてしまった。そして中国は急速に穀物の輸入国になると思いますけれども、そういう状況がはっきりしてきました。今まで大豆が一番買っていた国は日本です。1年で500万トン買っていた。今中国は1,000万トンも買い足している。こういうことがこれから恐らく米というところでも起きてくる。そういうときに日本はどう対応するのかということ、食料自給率がゼロに近い東京などで考えてもらっても困るのではないかと。我々はそういう世界の食糧事情、これをしっ

かり把握しつつ、ではこれからどうすればいいのか分析をし、そして実践をしていく。そういうものが可能な大都市、農業の力を持つ大都市が初めて誕生した。だから日本海政令市と田園政令市、これを一緒にすると新潟政令市の持つ意味、役割、ミッションというのが初めて見えてくるのではないかと考え、新潟政令市はそんじょそこらにある政令指定都市と違いますというようなことを、政令市にもならないうちに生意気に申し上げているわけでございます。

ところが、その新潟も一つ掘り下げると、朝食をとっていますかという先生のお話があったと思いますが、朝食をとっていない率が、男性が極めて高い。全国平均を上回っている。新潟県の平均よりはるかに高く、新潟市の、特に男性は朝食をとらない率が高いのです。これは非常に心配である。どうしてそういうことになるのかということのをいろいろな人に聞いたら、それは女性が働いているからですという答えが返ってきました。確かにデータを見ると、女性就業者の割合が非常に高い。政令市と比較しますと、新潟の女性就業者の割合は高いほうから2番目、福岡市の次に高いということです。

新潟は女性が働き者で、いろいろなところで働いているから、食事をつくるのがちょっと間に合わなくなって外食になったり、あるいはいろんなものを買ってきてそれで間に合わせるといようなことで解説をする人がいるのですが、私はそれはちょっとおかしいのではないかと思っているのです。新潟は江戸時代から「杉の木と男の子は育たない」という大変すばらしい言い伝えがあります。これは江戸時代から女性が仕事をしていた、働いていた、男女共同参画社会をつくっていたという、そういう面ではいいのですけれども、それにちょっと依存する男どもが多過ぎて、男が、女性に働いてもらっている上にまた家事も願います。女性がそんなにいっぱい働いているのだったら男性がしっかり頑張って子供の朝飯ぐらいつくればいいではないか、自分の朝飯ぐらいつくればいいではないかということなのだけれども、そうっていない。まだまだ女性に依存をし、朝飯を抜いてふらふらとして働いている男どもが非常に多いということが私にとっては大変な心配の種でして、こういうものを食育で変えていきたいというふうに思っています。

また後でお願いいたします。ありがとうございました。(拍手)

【服部】 どうもありがとうございました。

篠田市長は、新潟という場所から世界を見つめておられる。そして将来ビジョンを非常に高いところに持っておられる。今中国のお話が出ましたけれども、これは世界的脅威なのです。チャイナリスクという呼ばれ方をしていますけれども、今の13億人がもしかした

ら14億人ぐらいいるのではないかと思われるのです。日本は自給率40%、残り60%を輸入していますけれども、もし中国にお金ができ、向こうにどんどん輸入されてしまうと、我々のところに回ってこないです。だから日本は自力で自給率を上げておかなければいけないということもあります。それと、世界と仲良く、国際環境を整える意味では政治も大事です。ですからその辺も含めて食育をうまく機能させたいというお考え、どうぞまたよろしく。

それでは次の方、眞谷さんですけれども、子供を持つ親の代表というお立場から、自己紹介を兼ねましてお話をいただけますでしょうか。よろしくお願いします。



【眞谷】 眞谷でございます。これからパネルを映しまして、それをもとに説明させていただきます。

子供を持つ親の代表ということですので、私からは、新潟市における子供たちの食の現状というのをまず話させていただきたいと思います。

あと、自己紹介ということで。私は新潟市新潟地区小中学校PTA連合会の会長ということですが、市は広域に合併したので、PTAという組織はまだ旧の市町村単位で活動しております。政令市ができ上がると同時に8つの区単位の組織をつくらうということで今準備を進めておりますので、私は旧新潟市だけの会長という立場でございます。そういう意味で新潟市新潟地区という、ちょっと紛らわしい名前になっておりますがご了解をいただきたいと思います

[パネル使用]

まず、食育ということについて、私も非常に興味がありまして調べさせてもらったのです。1903年、明治36年、今から100年以上前に、村井弦斎という報知新聞の編集長だった方が、その当時ベストセラーになったそうですが、『食道楽』という小説を書かれたのだそうです。その中にもこういう言葉が出てくるのです。「子供には徳育よりも、知育よりも、体育よりも、食育が先だ。体育、徳育の根本は食育にある」というふうに書いていらっしゃるのだそうです。100年たってやっと、服部先生のお力もあって、私たちはもう一回そのことに気づいたのだなというふうに思いました。

先ほど、服部先生のお話の中にもたくさん、体育、徳育、知育の基本は食育なのだとい

う話がありましたので、私ども、特に新潟市におけるその辺に関する資料をお示ししたいと思います。

新潟市立の総合教育センターというところが「学力、生活実態総合調査」という調査をされました。ことしの7月9日の新潟日報朝刊にも出ておりましたのでごらんになった方もおられるかと思えます。ことし、平成18年の4月に、そこにありますような小学校、中学校の児童・生徒を対象にした調査です。

驚くべき結果だと思えるのですけれども、朝食を食べているかどうかということ、中学生の成績と合わせて調査をした結果です。「毎日朝食を食べている」という生徒の平均偏差値は51.2あるのです。それに対して「大抵食べる」というのは、恐らく週のうち五、六回は食べる。欠けるほうが一、二回ということだと思えるのですけれども、たった週一、二回朝食を食べるのが欠けただけで偏差値がうんと下がってしまうのです。ましてや「大抵食べない」とか「食べない」になったら問題にならないぐらい下がってしまいます。

その原因は先ほど服部先生がご説明くださったようなことなのでしょう。私も今お聞きして、ああ、なるほどなと思ったのですが、とにかく朝食を食べるか食べないかだけでこれほど子供の成績に大きな影響が出る。新聞のこのデータを見て私もびっくりしたのですが、これは何をあいても朝食を食べさせなければいけないなとつくづく思いました。

うちはおかげさまでほとんど毎日、朝だけは家族そろって食べるように努力しています。あと問題はテレビのスイッチを切れるかどうかだなと、先ほどの話を聞いて思ったのですが、とにかく朝食だけは家族で食べるように努力をしています。今日、ここに来ていらっしゃる方は、多分新聞の記事にも気づいていらっしゃると思いますので、皆さん方は明日からしっかりと家族で朝食を食べていただくだけで子供さんの成績がぐーんと伸びるといふ、非常にいいデータを今日お持ち帰りいただけるのではないかと思います。

先ほどの服部先生のお話にもありましたけれども、私もPTAの役員をずっとしていつも思うのですが、いろいろな講師をお呼びしてお話をさせていただきますが、一番聞いてほしい親御さんはほとんど来ないですね。そういうところへ来てくださる方も、聞く必要がない方ばかりなのです。どうしたらいいかと常に悩んでいます。服部先生がおっしゃるように、今日来ていらっしゃる方はこんなことは聞くまでもない、当たり前だよ、うちももう昔からそうやっているよという方ばかりなのだろうと思うのですが、なおさら差が

広がっていくのかなというふうに思います。新潟市内の中学生を対象にした調査ではそういう結果がはっきりと出ているということを改めてお示ししたいと思います。

当然、朝食を毎日食べられる、そういう生活ができるというのは、そのほかのすべての面での生活習慣もきちんと整っているということにつながるのだらうと思います。その一つの指標として、睡眠時間と学力の関係というのを小・中学校それぞれで、色の濃いほうが小学生、薄いほうが中学生のグラフになっています。1日8時間以上寝ている小学生は、簡単に言えば成績がいい。中学生になるとさすがにちょっと年代が上がりますので7時間以上ぐらいでいいということになるのでしょうけれども、生活習慣をしっかりと整えて、早寝、早起き、朝飯をしっかりと食べる。これがやはり子供の能力をきちんと発揮させる一番基本的なことなのだと思います。先ほど先生がおっしゃっておられた「早寝、早起き、朝ご飯」が、新潟市でもはっきりとデータで出ているなというふうに思ってお聞きしておりました。

続きまして、国立教育政策研究所というところが「小・中学生、高校生の健康生活に関する調査」というのを昨年、平成17年の12月からことしの1月にかけて広島県の東広島市、大阪府の茨木市、福岡県の宗像市、と同時に新潟県新潟市の、そこにありますような小・中、高校生並びにその保護者を対象に調査をされたものがあります。その中でまた興味深いデータがありましたのでちょっとお示ししたいと思います。

今言ったように、全部で4つの市について調査をされたのですが、その中の新潟市分だけを抜き出して示させていただきました。

「朝食をだれと食べますか」 赤いのが「食べない」、黄色が「一人で食べる」、色の濃いのが「家族と食べる」というものですが、小、中、高と年代が上がるに従って赤い棒が伸びているのがおわかりになると思います。要するに「食べない」という子供が小・中・高と年代が上がるにつれて増えていっています。

「一人で食べる」 これもずんずん、ずんと伸びていっています。高校生ですと58.2%、半分以上の高校生が一人で朝食を食べている。恐ろしいような数字だと思いますね。一人で食べるのですから、恐らく食べたくなければやめるのでしょうから、この黄色いラインの子供たちも、週に1回や2回、あるいはそれ以上朝食を抜いているというふう

に考えてもいいのかもしれませんが。

「家族で食べる」という数字が、年代が上がるに従って恐ろしい勢いで下がっている。そういう現状がこの新潟市にあるということを知りましてびっくりしました。

次に、朝食を食べない理由。これも新潟市分のみを抜き出したものですが、いろいろと考えさせられる数字でした。小・中・高校生が一番上にあるグラフですが、緑色の棒は「太りたくないから」。皆さんごらんになってどう思われますか。太りたくないからという割合が一番高いのが、意外と小学生なのです。それよりも中、高になると、太りたくないから朝食を食べないという割合はうんと減るのです。太りたくないから朝食を食べないという割合は小学生に高いのです。どうしてだろうといろいろ考えたのですが、要するに親の年代の違いなのか。小学生の親はやはり若い世代ですね。先ほど服部先生がおっしゃったように、40代、50代の一握りの人が、20代、30代と下がるに従って4握りになり、というお話をされましたけれども、親の年代が下がるに従って乱れているのかなんていうことをちょっと考えました。はっきりとした理由は私にもわかりませんが、あと、「おなかがすいていないから食べない」という濃い青色のグラフが非常に高い。朝起きたときに、おなかがすいていない。これもちょっと信じられない。なぜ朝起きておなかがすかないのだろう。やはりそれだけ間食をしているということなのでしょう。寝る前にいっぱい食べてしまう。寝る前に物を食べたほうが絶対に太るのです。朝食はその日1日のエネルギーになるものですから、朝食で太るはずがない。寝る前に食べたほうが絶対に太るわけですから、体に一番よくない生活を新潟市の小・中・高校生はしているのかなというふうに思いました。

あと、「親がつくらないから」とか「家族が食べなかったから」というような理由もあります。その辺はやっぱり親の責任が非常に大きいのだなというふうに思って見たグラフでした。

では、朝食はただ食べればいいのかということ。その中身についてはどうなのかと思ったものですからいろいろ調べてみたのですが、残念ながら新潟市に関する情報があまりなかった。学力をつける食事という、親として興味のある本を前に読んだものですから、その中身を紹介させていただきます。

広瀬正義という先生が書かれた書物からとってきたものです。

この先生は東京都立の中学校で長年教職におられた方です。ご自身の経験の中から本の中にさまざまなグラフが載せられていたのですが、その中の1つで「中学校2年生の200メートル走と週間摂取食品数の関係」、1週間に何種類の物を食べたかということと、200メートル走の走る時間、データとどういう関係があるかということグラフにされたものです。はっきりとした相関性が出ております。

一番上の「不完全実施者」というのは、途中でやめてしまったとか、見学に回ってしまった子供たちです。たくさんの種類の物を食べた子供ほどより早く走ることができている。これは一遍だけ走ったのではなくて、いろんな形で何回も何回もやったものの平均を出しておりますので、それなりに信頼性のおける数字なのだろうと思います。たくさん、いろんな物を食べたほうが明らかに体力がつくというふうに言っているのではないかと思います。体育よりも食育が大事、食育は体育の基本だということをおぼろげに数字だらうと思います。

続いて「中学校3年生の2学期の9教科評定合計点と週間摂取食品数」のグラフです。中学校3年生の2学期。3学期制の2学期ですから、これは高校入試に一番関連の高い、最も大事な成績です。9教科ですから、オール5で45ということになります。オール4で36です。そういう意味合いの数字です。これもまた1週間に何種類の物を食べたかということと、その9教科の評定合計とどういう関係があるかということをおぼろげにグラフですが、これもまたはっきりと関連性があるということが示されていると思います。

1週間に70種類以上の食品を食べた子供の評定平均が、そこにありますように34ぐらいになっております。それに対して、39種類以下ですと24ぐらい。はっきりと成績が違ってくるということです。ここまではっきり関連性が出るものかと思いましたが、とにかくいろんな物をいろんな形で食べるということがその子供の体力、知力の持っている能力をしっかりと発揮させるには大事なことで、必要なことなのだとこのグラフから感じられると思います。

「まとめ」ということですが、そこにありますように、親の姿勢が一番はっきり子供にあらわれるのが食というものなのだとつくづく思いました。将来、親になる者として子供への食育は必要だ。こんなことを言うと、私の立場上言っただけなのではないのかもしれませんが

が、今の親にやってももう間に合わないのではないかと。むしろ今の子供が将来親になるのだから、まず今の子供がしっかりとした親になるように教育したほうが早いのではないかとさえ私は正直思っています。

あと、いろんな物をいろんな形で食べるほうが体にいい。いろんな種類を食べるということは、伝統的な日本食をもう一回見直す必要があると思っています。その中で学校の給食が重要になってきていると思います。伝統的日本食というのは野菜をたくさん使います。野菜をたくさん使うというのは、それだけ調理に手間暇がかかります。家庭では今なかなか手間暇かけた食事というのはできません。給食でやっとそういう手間暇かけたご飯が食べられるというのが残念ながら私たちの現状のように思いますので、その点給食というのは非常に重要になってきていると思います。

あと、我慢できない大人が増えてきている。だから家庭というのをもう一回見直していかなければいけない。我慢できない子供なんて言っている状態ではない。今は我慢できない大人が増えてきている。大人のわがママが子供に影響しているというのが現状だというふうに思っています。

最後に宣伝を一つさせてください。

食育ということについて私たちPTAも関心を持っておりまして、今年度、平成18年度新潟市新潟地区小中学校のPTA研究大会、旧新潟市全体のPTAの研究大会を毎年やっているわけですが、ことしは10月14日に新潟明訓高校さんの体育館をお借りして実施するのです。そのテーマが「子供たちの豊かな未来のため、体の健康、心の成長を」ということで、まさに食育、家庭教育に関することをご講演いただく予定であります。

また、各PTAの会員の皆様方には学校を通して案内を差し上げますので、ぜひそちらのほうにもご参加をいただきましてもう一度学び直していただければありがたいと思います。

宣伝を最後にさせていただきました。私のほうからは以上です。ありがとうございました。(拍手)

【服部】 ありがとうございました。

子を持つ親の代表ということで、私が先に話してしまったことなので、話しくそうに何回も、私が言った、私が言ったと、こういうお話が出てきましたのですが、突き詰めていくとやはり親御さんの持つ親の気持ちというのは当然そういうことになるので、ダブッ

ていなければ逆におかしいとは思いません。

あと、食育という言葉は村井弦斎が100年ほど前にお話しされたというのがあるのですが、これはちょうど日清・日露戦争のころなので、どうも体力をつけるためにということだったらしいのです。それで、知育、徳育どころじゃないよ、体育どころじゃないよと、こういうことだったのですが、今は事情が違います。私が食育を使い始めたのは15年前ですけれども、村井弦斎が使っていたのを知ったのは3年前なのです。逆に、へえー、昔にすごい人がいたのだなと自分で思ったぐらいです。だからこれは逆に、世の中というのは、自分が最初に始めたと思ったら大間違いで、世の中にはいろんな人がいるんだなと思いました。

それでは引き続きまして宮尾さんから、生産者代表ということでお話しいただければと思います。よろしくお願いします。



【宮尾】 有機栽培と減農薬の稲作と平飼いの養鶏を組み合わせた循環型の農業をじいちゃん、ばあちゃん、それから私たち若夫婦と子供と一緒に営んでおります。小学校3年生、6年生、中学校2年生の母親でもあり、主婦でもあります。毎日田んぼと鶏小屋に通ってしまして、夫と鶏の顔ばかり見ておりますのに、今日はこのようなところで少し舞い上がっているのですけれども、農業を毎日している中で感じていることをお話ししたいと思います。

[パネル使用]

これは田んぼの夫と私です。田の草取りをしているところです。

これは生まれて10日目のひよこです。

これは親鶏です。秋になると、毎年近くの保育園の子供たちが鶏舎の見学に来てくれます。あるとき、産卵箱から産みだての、まだあったかい卵を取り出して持たせてあげたことがありました。子供たちはみんなすごく喜んで、小さな手で、大事そうにその卵を握っているのですね。温めるとひよこが生まれるよと話すと、しばらくすると、卵を耳に当て

て「聞こえる、聞こえる。ピヨピヨと言ってる」「ほんとだ、聞こえるよ。ピヨピヨと言ってる」「言ってる」「言ってる」。池に小石を投げたように波紋が広がって、もう卵の中にひよこがピヨピヨと動いているのをはっきりイメージして、音が聞こえてきてしまっているのですね。帰り際に、ずっと卵を温めていた女の子が、「まだ生まれないの」。卵は38度で21日ぐらい温めるとふ化するといわれています。子供たちは翌日から卵が違ったものに見えたのではないのでしょうか。

野菜やお米の袋に生産者の名前が載っていると、何だか安心。顔写真があるともっと身近に感じます。ましてや生産物が育っている現場を見ると、もっともっと近くに感じます。農作業を手伝って、例えばトマトの苗を植えたとか、ジャガイモの種まきを手伝ったとかということがあると、そこで育ったトマトやジャガイモはもう特別な、自分の物になるかもしれません。お皿に盛られたトマトは、トマトの味がするトマトというものから、苗から大きく育って、花が咲いて、青い実がなって、真っ赤なトマトになった命のあるトマトにかわります。このような経験が食べ物への関心を持つことのきっかけになったらいいですね。

田んぼの学校を開校しています。田んぼの生き物の観察と、田植え、稲刈り、餅つきなどをします。これは田んぼの生き物の観察に虫見盤を使っています。トビムシですとかたくさん種類のクモ、それからバッタなどが観察できました。

これは田植え。大人は隣で手植えをしています。子供はその隣で、田植え機で田植えをしている夫の機械に。とても人気で、順番を待って子供たちみんな乗りました。

これは刈り取った稲からもみはずして、そのもみからもみ殻をとって玄米にしているところです。

田んぼの学校は大人も子供も参加していますが、大人の参加のほうが多くて、より楽しんでいるようです。

田んぼの生き物の観察を通して、田んぼにはたくさんの生き物がいて、稲も、私たちもその命のつながりの中の一つなんだということを感じさせてもらいました。

また、縁農村という、食に関心のある町の人と農家の人の交流の場があります。エンは縁結びのエンです。縁農村の村民、村民税を払うと村民になれます。縁農村の村民がお互いに助け合いながら交流しています。農家は忙しいとき援農　これは援助のエンですがを依頼をします。都合のつく人が援農し、お礼に農産物や地域通貨をもらいます。

これは新潟大学の学生さんが、鳥の冬場のリョク餌、サイレージづくりの援農に来てくれたときです。暑い日の外作業でしたので、大変ハードな仕事になりました。それでも、冬になってこれを使うときになったらまた来てみたいと言っていました。

仕事をされている方、学生さん、リタイアされた方、主婦の方など、さまざまな方にお手伝いをいただくのですが、皆さん共通しているのが、自分が手をかけたものにはその生産物に思いが入るということです。こんな消費者と生産者の交流の場がすぐそこに、幾らでもつくることができるところが新潟のすばらしいところだと思います。恐らく、ほとんどの農家の方が、自分のつくった生産物に自負とその熱い思いを持っていると思います。話の上手な人も、話下手な人も、自分の生産物の話になると長くなります。そして、何といてもうれしいのは「おいしかったよ」と言ってもらうことです。

前は、消費者は、きれいで、形がよくて、色がよくて、規格品というものを求められていましたけれども、近ごろはトレーサビリティ　だれが、どのようにつくったか。安心、安全なものがより求められるようになってきました。消費者から直接、どんな物が欲しいのかということを知る機会があまりなかったのではないのでしょうか。

町の人が農家を支え、農家の方が町の人を支えるような、そんな関係ができたらいいと思います。お互いにそれぞれが無理のない関係で、食事は心と体を育てる大切なものです。食事は体が必要とするエネルギーと栄養素を摂取するためのものではありませんが、ただそれだけではなく、命のつながりの中にある私たちが、命のあるものを食べていることを時々思い出したいと思います。そして、このような交流の場が、食べるもの、食べることについて考えるいい機会になると思います。(拍手)

【服部】　ありがとうございました。

先ほど、篠田市長が言ってくださいましたけれども、どんなものを食べたら安全か、危険か、健康になれるかという、食材を選ぶ能力というのは消費者の側にもあるわけです。つくる側もそれを意識していただくという意味で、今生産者のお立場でお話しいただいたのですけれども、先ほど私も冒頭で申し上げたように、自給率はほんとに日本は下がって

います。今から5年ぐらい前でしょうか。農水省が、猫の額ほどの畑を国として一般国民に貸し出そうということで、ドイツですとクライنز・ダルテットですか、農場を借りて、そこで自分の好きなものを植えるわけです。この植えたものが今ドイツの野菜の自給率の30%に達しているというのです。ですから、興味のある方は、ご自分で食べる分だけでもいいのです。ちょっとおすそ分けできる分ができればまたいいのしょうけれども、2畳ぐらいの大きさのところでも十分カバーできるようですから、今後、同じようにものを育てていく能力を子供のころから見せておけば、そういうところでやってくださるので、少しは自給率が上がるのにつながるかもしれませんね。またお話いただきますけれども。

それでは次のパネラーの伊藤さん、食品関連事業の代表でございますね。よろしくお願いいたします。



【伊藤】 今ご紹介いただきました伊藤と申します。

サンデリカという会社におります。多分、その社名を聞いたことがない方がほとんどかと思うのですが、山崎パンのグループの中のお弁当とかサンドイッチとかおにぎりをつくっている会社です。通常、スーパーさんとかコンビニさん向けにつくっていますので、その製造会社が表に出ることはないのでは知られていないかとは思いますが、新潟地区はグループ会社の末広製菓というのが岩室にございまして、そちらがこのエリアを担当しています。

今日は、企業からの食育ということなのですが、企業から教育するという、そんな大それたことは考えておりません。食育といいますとやはり家庭ですとか、学校教育ですとか、地域社会、あと行政、そういったところが主体になるかと思うのですが、食品事業者ということでメーカーがあつたり、流通があつたり、卸があつたり、外食がある。それぞれそれを本業としてやっていますので、何かお手伝いできることがあるのではないかと考えを各社持っております。

企業の食育といいますと、通常は体験型ということで工場見学ですとか料理教室、あとは作物の栽培とか情報提供です。今は安全、安心、健康ということで会社の透明性が求められていますので、皆様がお買い上げになるときにきちっと判断できるような情報を提供しなければいけないということです。あと、バランスのいい製品の提供というのが一つの使命になってきているかと思えます。

先ほど服部先生からお話がありましたように、そのほか食品リサイクルというのにも今各社取り組んでおりまして、平成13年から法律になっておりまして、食品に携わっている、業として行っている者のみに課せられている法律ですけれども、そういうのがベースになっていて、もったいないという発想で、製造で出る調理くずですとか、食べ残しですとか、そういうものをえさとか肥料とか、メタン発酵にしてエネルギーにしたり、あるいは油はバイオディーゼルだとか、そういうのにきちっとリサイクルしようというような取り組みを行ったり、あとは従業員みずからいろいろ勉強していこうというのが会社の、企業としての食育の分野だと思うのです。

[パネル使用]

本題に入る前に、グループの特徴といたしますか、私どもはパンと和菓子、洋菓子、あとは先般東鳩さんが一緒になったり、ナビスコがあったり、未広製菓があったり、お菓子の部分、そんなものをつくっているグループです。

特徴としましては、流通事業もやっております。ですから自分でつくって販売するというところで一貫して何かできるのではないかとということから始まったわけです。

具体的にどんなお店をやっているかということ、デイリー・ヤマザキというコンビニエンスがあったり、ヴィ・ド・フランスという焼きたてパンのお店です。これは新潟駅の新幹線を出たところにもあるかと思えます。これはヤマザキという名前を出すとイメージが変わるということで伏せてありまして、今日ここだけで忘れてください、(笑)特別にご紹介ということで。こんなグループです。

食育という大それたことではないのですけれども、今高齢化社会、少子化で、日本人の人口が昨年初めて減少に転じたということで、食べ盛りの年代がどんどん減っています。どういうことかといいますと、胃袋の容積が減っているわけです。このままでは食品業界は大変なことになってしまう。どう考えるかということ、やはりお客様にとって価値ある会社でないと生き残れないという時代に入っています。ただつくって売ればいいという時代ではなくなっておりまして、各社、この会社がなくなったら大変だねと言われるような会社を目指そうということです。その中の一つがCSRと言っているのですけれども、企業の社会的責任ということで各社取り組み出しているところです。私どもは、朝ご飯食べよ

うとか、バランスよく食べようとか、後はいろいろ情報提供というようなところを取り組んでいます。

今、私がおりますのはお弁当部門ですが、懸案事項が昔からありまして、市販のお弁当ばかり食べていると体を壊してしまうのではないかと、コンビニエンスばかり使うとうとか、比較的悪者になりがちな部門なのですけれども、つくっているほうも、このままでいいのかなと昔から思っております。このように市販のお弁当を見ると、揚げ物ばかりが多いわけです。結果的に茶色いもの。味も単一。お客様やお店からは、もっとバランスのいいものをつくってくれ、野菜が欲しいねという話があるのですけれども、コンビニエンスもお店も今必死でして、売れるものをつくってくださいと言われてしまいます。そうするとまたこれになってしまうという堂々巡りがございまして、どうにかこのスパイラルから出ていかないとまずいということで……

2年ほど前に農水省が、コンビニエンスとか外食は今の社会から抜くことができない。これを活用して何か情報提供できないか。若い世代の食の乱れを改善できないかというような事業がありまして、一緒にやる会社はいませんかということで、たまたまつくるところと売るところが一緒でしたので手を挙げたわけです。

何をやったかという、お弁当とか惣菜の売り場に、プライスカード、値札に栄養情報をつけました。赤、緑、黄色、これは学校給食でついている、エネルギーになるもの、血や肉になるもの、体を調節するもの、ということなのですけれども、最低限の情報を使って、3色そろえて買ってみましょう、そうすると体にいいですよというような取り組みをしました。具体的には、カツ丼ですと黄色と赤。野菜がなければ緑はつかない。そういう場合は隣の売り場のサラダを付け合わせる。1品で足りない方は幕の内が3色そろっているので買ってください。そんなことをやっていたら、大体3週間で10%ぐらいの方が、買い合わせが変わってきまして、お弁当とサラダを買っていただける。こんな結果が出て、何か情報を提供すれば、若い人も考えて買ってくれるのだということがわかってきたわけです。ただ、二十歳前後の男性は全然気にしてくれないですね。あと一つわかったのは、皆さんカロリーは気にするわけです。だけど栄養バランスというのは、言われて初めて、ああそうだねという方が多かったです。

ではこれを表示ではなくて、本格的にお弁当自体変えちゃおうよということで……

会社内の管理栄養士を集めまして、新しいコンセプトをつくろうということでやったのですけれども、皆さん、栄養バランスって何？と言われて的確に答えられる方がほとんどいないかと思います。会社としても、バランスがいいですよと訴えるために何を基準にしたらいいかというのが難しい、一つの壁になってしまったのですけれども、そのときに先ほど服部先生からご紹介のありました食事バランスガイド、この取り組みが農水省、厚生労働省で始まっていて、これを研究しようということで委員会を全部傍聴しまして…

これがバランスガイドです。これを利用してやろうということです。ご飯と副菜の野菜、肉のバランスをこういう比率でとってください。具体的には数字で書いてあるのですけれども、これは1サービングという単位で、あとは日本語で1つ、2つと数えられる。ご飯1サービングというのは大体おにぎり1個分です。ですから、1日5個から7個のおにぎりに相当するご飯を食べましょうということです。

これを用いて、ではメーカーとしてバランスのとれたものを提供しようということで、先ほどのバランスガイドが1日分ですから、これを3分の1にすると大体1食という比率でお弁当をつくってみました。

買っていただかなくても見ていただければ、こういう比率が適正な食事の割合だというのがわかるようにということで……

できたお弁当がこれで、普通のコンビニのお弁当よりは彩りがいいかと思います。

ラベルについてもバランスガイドを入れたり、このお弁当の取れるサービング数を載せております。

パン部門でも、4年ぐらい前から、朝ご飯を食べようとか、バランスよく食べようという取り組みをやっていまして……

パンフレットでPRしたり、ここにバランスガイドを入れたり、メニューの提案とか…

...

アメリカの表示を参考にしまして、これはアメリカのフードガイドピラミッドというのですけれども、各国にフードガイドという入れものがある、その日本版が食事バランスガイドなのですけれども、アメリカでは既にこういうふうに入っていて、これを参考にしようということで先ほどの食パンの表示をしたわけです。これで皆さんにどんどん知っていただこうという、これは非常に理にかなったものです。

あとは自分たちでもやってみようかということで、本社の社員食堂でバランスメニューというのをつくってみたり.....

こんなおじさんたちが喜んで食べているのですけれども、思ったより大好評という、こんな取り組みをしています。そんなとっぴなことではないのですけれども、何かご参考になればと思います。

ありがとうございました。(拍手)

【服部】 ありがとうございました。

今、食品関連事業代表ということでお話しいただいて、安心・安全・健康を意識してお仕事をされる、そういうお立場で、随分早い時期からこれを採り入れられているんですね。今僕がお願いしているのが、生産者の方々に、まずはお米であるとか野菜であるとか、そういうものをつくる方々に安心・安全・健康なものをつくってくださいよ。それをまた買入れて調理済み加工食品等をつくられるメーカーさんに安心・安全・健康なものをきちんと、お弁当でもいいのですけれども、つくってもらいたい。味が濃かったり、保存料が多かったり、そういうのが多いですね。

そして、8時間すると自動的に捨てるわけです。30度以上8時間たったらこれは衛生上破棄しなければいけないのです。ところが、今の伊藤さんのところは別なのですけれども、(笑)ほかに企業では8時間たらずに展示してあるところから捨ててしまうのですね。というのは、お客さんとして入ってきたときに、おっ、これ8時間もたっているよと言われるよりは、2時間しかたっていないよと言われるように、回転を早くしているのです。もうそれを見込んで生産していて、某コンビニは2年前にどのくらいお弁当を捨てていたかという、1社で400億円分。だからもったいないと思うので、そういうことを含めて、

今後いろんなことで考えていかなければいけない。これは伊藤さんが悪いとか、そういうことではなくて、我々もそういうものをどうとらえるか、買うときに考えなければいけないかなと思います。

あと、2分の1カロリーぐらいのものを腹いっぱい食べて、おいしくて、満足できたら皆さん糖尿病とかメタボリックシンドロームにならなくていいわけです。また、なった人がお客さんとして来られた場合に、これがいいですよとお勧めすると、多少高くても買ってくれると思うので、いろいろといいことが出てくると思います。

そんなことで、実はそれぞれのお立場でお話しいただいたのですが、お一人8分という約束が、一人平均14分だったのです。(笑)それで、おとめするわけにもいかないなと思ったものですからそのまま流して、この後、実は20分間フリーでディスカッションいただいて、その後にもた3分ずついただくということになっております。そうすると終わるのが5時ごろですが、その辺はうまく組み合わせながらいきます。

まず市長にいただいて、それぞれご3方、最後にまた市長に今後の方針も含めてまとめていただくという、こういう方向でいきたいと思いますがいかがでしょうか。

それでは市長、今までお聞きになられたこととお感じになったこととか、いかがでしょうか。

【篠田】 眞谷さんから、私らが今一番気になっている子供の食の問題と、そして学力、体力、ここの指摘がありました。さっき言わなかったのですが、新潟市の学力は心配ということはないと思いますが、体力のほうは相当心配です。中学生の体力テスト、これを全国の平均と比べると、特に男子はほとんどの分野で下回っているという惨たんたる状況です。これは今までひた隠しに隠していたわけではないのですが、そういうものもとにかく表へ出したほうがいい。そういうものをしっかり見てもらって、これからどうするというところで、昨年度から取り組み出して、今年度はかなり本格的に取り組んで、恐らく次の体力テスト比較では相当なアップが見込めると思います。ただ、あまり体力アップ、頑張れと言うと、学校の先生はまじめですので、またがんがんと頑張ると、スポーツの嫌いな子もいるので、そういう分はそこそこにしてくださいと言うのですが、そこそこが一番難しい。

さっき男性の朝食欠食率が高いと言ったのですが、数字は言いませんでした。例えば20代ですと、県の平均欠食率は18%なのに対して、新潟市は31%を越しているのです。それで30代は、県は19.5%、新潟市は28%。40代も、県は14%、新潟市は21%。40代の全国平

均が19%ですので、全国平均を上回る欠食率という、ここも惨たんたる数字というふうにとらえざるを得ない。

そうすると、こういうものを我々はどうしていくべきかということを考えたときに、私はやはり食育というものを一つの柱にして、そこに地域をどう絡められるかというのが勝負で、学校というのは非常に確かなもので、学校給食を変えるというのが行政がやる中で一番のポイントだと思います。これはまた皆様方とご相談して、早期に新潟市の学校給食をこういうふうにしたい、今までは多彩な食に触れる学校給食をつくっていただいたわけですけれども、もう世の中は多彩な食があふれ過ぎていて、日本の伝統的な食文化、新潟市の誇るべき食材をきっちり使った学校給食を提供するのが何よりの役目かなというふうに思っています。

そしてもう一つ、地域に絡めるときに、今60を越すコミュニティ協議会というのを小学校校区単位でつくっていただいております。ただその中の幾つかは、何をやっていいかわからないと言っているところがあります。そういうところには、一つは食育をテーマにして勉強会をやってください。そうするとPTAの方とか、地域のおじいちゃん、おばあちゃんがそこに入ってきてくださる。そこでようやく地域から家庭へという、そういう接点が見えるのではないかと。食育を学校だけではなくて、地域から家庭へ広げていくということをやりたい。

それからもう一つは、各コミュニティ協議会で、例えば総踊りに取り組む。そうすると、スポーツが嫌いな子でも、総踊りみたいなものだったらおじいちゃん、おばあちゃんから参加できますから、これは世代間交流にもなるし、スポーツでがんがんと鍛えるということだけでなく、楽しんで体を動かせる。だから、コミュニティ協議会は何をしていいかわからないといっている地域があったら、食育と総踊りをやりなさい、そうすると新潟の子供たちには随分いい影響が出るよというようなことをこれからやっていくとおもしろいかなということを感じました。

【服部】 ありがとうございます。

それでは、ほかの分野の方のご意見も含めて結構ですから、伊藤さんからどうでしょう。

【伊藤】 私ども、朝食の欠食、これをどうにかお手伝いできないかということ。やはり、日本型食生活ということでご飯を食べてというのは、ここは日本ですし、私も日本人ですからそれは否定しません。そのとおりかと思います。ただ、パンでもいい部分もございま

して、乳製品と一緒にとれるとか、くだものがとれるということもあるので、組み合わせかと思しますので、そういった食生活が築けるかなと思います。

あと、我々どうしてもこういう場で言いたいことは、食べ物への感謝の念というのが、子供たちを見ていると非常に希薄になっている。先ほども宮尾さんが言いましたけれども、卵の命ですとか、そういうのがありました。食べ物というのは、もともと生き物だったということを今忘れていてのではないか。生き物の命をちょうだいして私たちは生き延びているという基本的なところが忘れられているような気がします。私のところにも小学校の子供がいて、釣りに連れて行ったりするわけですが、ハゼなんか釣ると、家に持って帰ってもまだ生きています。それを包丁でずばっと殺して食べるわけですが、何するんだよというようなきょとんとした目を魚がするわけです。それを、ごめんなさいね、と。そうすると子供も、骨までちゃんと食べようね、残したらかわいそうだねというような気持ちが芽生えてくるわけですし、そういった食べ物を大事にしたいということを訴えていきたいなと思っています。とりとめがなくして申しわけございません。

【服部】 それでは宮尾さん。

【宮尾】 母親の立場からですが、今までいろいろお話がありまして、食事というのはほんとに大事ななということを改めて感じました。子育てをしていて、子供たちは毎日学校へ行ったり、友達との関係の中でも多くのストレスを受けているのだな。私自身もそのストレスを与えている一人なのでありますが、そう感じています。そんな子供たちが壁にぶつかったり、何かにつまずいたりしたときに、どうやって支えてあげたらいいのだろうかとか考えるときがあります。そう思って行き着くのは、あなたのことをとって大事に思っているのだよということを毎日伝えること、その積み重ねではないかな。その大事に思っていることの積み重ねをどうやって表現できるか。それが食事ではないかと思うのです。質素なものでも家族のために心を込めてつくったものをみんな一緒に感謝して食べる。大好きなお母さんやおばあちゃんが自分のために毎朝ご飯をつくってくれる。そういうことの積み重ねが、何かにつまずいたときとか、そういったときに子供が自分自身を支える大きな力になるのではないかな。私もそんなふうに食事をつくっていききたいなと思いました。

【服部】 ありがとうございます。

最後に、眞谷さんに、ほかの方のご意見も含めてですが、感想をお願いします。

【眞谷】 皆様方の資料に「プロフィール」があるので、私のプロフィールに寺の住職と書いてありますね。私が言わなければいけないことを伊藤さんに言っていたいたなと

思うのですけれども、私たちがものを食べるというのは、命をいただくということなのです。だから「いただきます」というのはそういう意味なのです。両手を合わせて、食べ物を拝んで「いただきます」と言うのは、命をいただきますということなのです。拝むってすごいことですね。

ところが新潟市ではそういうことはないのですけれども、大分前に、ある市で、食べ物を拝むというのは宗教行事である、学校で宗教行事はまかりならぬということをおっしゃったある学校の先生がおられて、その学校ではピーッと笛を吹くのです。(笑)「いただきます」と言ってはいけない。先生がピーッと笛を吹いたら一斉に食べ始めるのです。とんでもない話だと思います。命をいただくというのは別に仏教でもキリスト教でも何教の考え方でもないわけです。本来人間があるべき姿だと思います。新潟市の先生でそんなことをおっしゃる方はまずおられない。

先ほど服部先生のお話にもありましたけれども、先生に対する尊敬というのは、新潟市の子供たちはもっと高い尊敬率を持っていていいと思います。本当に一生懸命教えてくださっておられますし、給食でも、新潟市の給食はすばらしく工夫したものを出示してくださっています。市長の話にもありましたけれども、新潟市はもともと大農業都市だったことは間違いないのですが、合併してさらに日本一の大農業都市になったのです。地元だけで十分に賄える生産力を持った町になりました。ですから、旬のものを旬の時期に、しかも地元でつくったものを給食で食べられる。すごいことだと思います。自慢していいことだと思うのです。こんな町は日本じゅうにないわけです。

残念ながら給食になると、そういうすばらしい食材を用いてつくられた伝統的な日本食になると残るのです。山のように残ります。豆料理。煮豆なんか出たらもうものすごく残るのです。なぜか。うちで食べたことがない。こんなもの食べたことがない、だから食べられないといって残るのです。これは学校の責任ではない。だれの責任か。言うまでもなくうちで食べたことがないのですから、うちの責任です。親の責任だと思います。こんなにいい環境に生まれ育っているながら、そのすばらしさを子供たちに伝えてこなかった私たちの責任だと私はいつも思っています。残念なことです。だからさっきも言いました。今の親ではだめ。間に合わない。これから親になる子供を何とかしなければいけない。私自身を筆頭に、私ももう間に合わないですから、孫に期待しようかなと思っています。そんな状況だということをつくづく今思いました。でも、生産者の宮尾さんのように、ほんとにいいものをつくってくださっている方がこの地元におられるということを心強く思い

ました。以上です。

【服部】 ありがとうございます。

最後にまた市長に総括的に、今後の市長のお考え、最初にも述べていただいたのですが、今日のお話も含めて、何を、どのくらいの期間に進めていきたいのか。国のほうは今5カ年計画ということで食育推進を進めているのですが、新潟も何カ年方式とか、そういうのをお入れになるご予定はあるのでしょうか。

【篠田】 先ほどまでひどいデータを言っていたので、最後にちょっといいデータをお知らせしようと思いますが、新潟市は県庁所在地の他市と比べると、生鮮野菜を購入して食べている量が一番多い。全国平均の1.3倍。地元の葉もの野菜を食べていただいている。枝豆などに至っては、全国平均の消費の3倍も食べている。こういう野菜類を食べていることが新潟の人間は生活習慣病の割合が低いということにつながっています。だから私も、地元ですばらしい農産品をつくってくださる人がいて、そしてほんとにおいしいものであって、それを地産地消という形で地元の間が味わうことが地域の農家に元気、勇気を与えることになる。そしてそのおかげで私たちはいい体をつくっていくことができるということ、これをもっとしっかりと認識をする、そういう取り組みをしていきたいと思っています。

食育、これは本当にそういう面で今の要素がすべて含まれている。どうして食育をやるのですかと聞かれれば、地域が誇りを取り戻すことだと申し上げたいと思います。地域の農家が誇りを取り戻し、また、こんなにすばらしい食材を味わえる、そういうすばらしい新潟に生まれ育ったことを誇りにできる、そういう循環をつくり出す食育運動のモデル都市になりたいというのが大きな理由です。

それからもう一つ、食と花ということを我々は言っている。最近、食と花の政令市はどういうふうにしたらできるだろうかということを考えたときに、花育というのも一緒にやったらいいのではないかと。花を育てる。新潟市の至るところに花がある。それがまた癒しにつながるというような、花を育て、それをめでる心を養うという、食育、花育。こういう運動を新潟からやって、それが結局は健康になってはね返ってくる。食育、花育を通じた健康寿命づくり日本一運動みたいなことを新潟から大々的にやっていくということが私は新潟の誇りを取り戻すというか、つくり出す一番いい取り組みなのではないか。これをできれば来年度から3年間、こういうことをやります、学校にはこういうところにモデルをつくり、コミュニティ協議会もここでモデル的な取り組みをしてもらいます、食

育・花育の相談を受けつける食育・花育センターみたいなものをつくり、そして健康づくり、健康寿命、これはまだ正確な数値把握が不十分な部分もありますけれども、健康寿命を正確に把握して、健康寿命日本一、これは新潟県と一緒に目指すということが一番いいと思いますけれども、新潟県、新潟市は健康寿命日本一を目指す。何でやるのだ。食育・花育を通じてやるのだというようなことを言っていけば、服部先生がおっしゃっている食育というものを新潟なりに消化して、そしてこれは結局日本人の誇り、新潟の誇りをつくり出す運動なのだ。フランスの人が田舎から一度外へ出てもまた戻ってくる。それは自分たちが生まれ育ったところが一番すばらしい食べ物があるからだ、恵みがあるからだということを知っているからです。これを今我々は子供たちに全くわからせていないわけです。これをわからせる運動を食育・花育でやりたいと考えています。

【服部】 ありがとうございます。

皆さんそれぞれのお立場からお話を伺って、それぞれが考えている問題、それと、自信を持って食育に、教育のお立場と、生産のお立場と、また物を食品として扱っていくお立場、これは大分ご理解いただいた上で動いておられるなというふうに思っております。



今、市長のお話の中で健康寿命というお話がありました。今日の新聞に発表されておりましたけれども、日本人の平均寿命というのは、実は6年ぶりにちょっと数値が落ちたのです。世界一を毎回更新していたのですけれども、男性のほうが4位ぐらいになりました。女性はまだまだ21年間、昭和60年、1985年からずっと続いて世界1なのです。85.49歳。すばらしいですね。男性は78.36歳ぐらいだと思いますけれども、ただ問題は、みんな横になったまま長生きしているのです。(笑)これはもったいないですね。骨粗しょう症とか、いわゆる一言で言うとボケちゃう。皆さんの周りにそういうご家族がいらっしゃれば、医療費がかかる。大変だと思うのです。これをできるだけ短くしよう。というのは、倒れてから亡くなるまでの間。僕もその委員会に出ていたのですけれども、PPKがいいねというのがあったのです。ピン、ピン、コロリンというのです。(笑)生涯現役で、今まで元気。ところがそこでばたっと倒れればみんなに迷惑をかけないというわけです。かけるよ、と僕は言ったのです。1カ月は生かしておこうよ。なぜかという、どこに印鑑があ

るか、通帳があるか、これをちゃんと教えてもらわないといけない。(笑)今はピン、ピン、1カ月コロリンということになっていますけれども、要は、皆さん、いかにみんな最後に送り出してあげられるか。楽しく、パーティーみたいにして、宴会してあげればいいのですよ。そうすればどこに印鑑、通帳があるか、この人に多くあげようなんていうことにつながるわけです。そういう意味で健康寿命というのは非常に重要です。新潟を健康寿命一番の県にしたいというお気持ちがあるのだろうと思います。

沖縄の2006年ショックというのをご存じですか。実は沖縄というところは、2000年までは女性世界一。今でもそうですが、男性に関しては4位ぐらいだったのが、2006年に何と26位まで落ちてしまった。何でだろう。先ほど市長の、緑黄色野菜等は47都道府県の中で上位だというお話がありましたが、実は沖縄は36位。そしてほかの野菜に関しては47位。肉に関しては1位になった。そのために肥満が増えて、要は高脂血症で心筋梗塞、脳梗塞、がん、こういった生活習慣病がぐーんと男性に増えた。メタボリックシンドローム現象です。やはり日本人が欧米並みの食生活というか、特に沖縄というところはアメリカ軍基地がありまして、ハンバーガーの店から、スパムというこういう楕円形の、コンビーフに近いような、温めたり焼いたりして、パンに乗せたらすぐ食べられるものがあるのです。沖縄は14世紀から豚肉は本土よりあったのです。だけど、一度ゆでこぼして、油を捨てて、それをチャンプルのような、ゴーヤと一緒にいためたりして食べた。あとは海草を入れたり、工夫していたからみんな長生きなのです。ところが、今のように急激に我々の食生活が変わってきたわけです。高脂肪、高たんぱく、高カロリー。これをやってはいけないという例が、沖縄が一つのモデルなのです。

今から5年前にハワイで調査したのです。ハワイの1世、2世というのは、100年ぐらい前に広島あたりから移住されて、園芸なんかをおやりになる、そういうお仕事をされたわけです。どうも1世、2世は日本人のようにお米を食べたり、大分ちゃんぽんにして食べていた。ところが3世、4世になるともう現地と同じ食生活で、同じ仕事をしているわけです。

いろいろな病気の発症率を見たのですけれども、糖尿病に関しては現地の方が1に対して3世、4世は6.4倍。何でこんなに変わるのだろう。同じ人間ではないか。ところが日本人というのは腸が長いのです。欧米人が五、六メートルに対して七、八メートルある。そうすると、穀物を中心に食べてきて、ゆっくり、じっくり栄養を吸収するためにはトンネルが長いほうがいいのです。ところが高脂肪、高たんぱくの場合は、トンネルが長いと

中で腐敗してがんを発生する物質に変わったりする。今日本人に大腸がん、直腸がんがすごく増えてきている。そういうことを考えた場合に、ゆっくり食べるもの、今我々が食べているのはちょっと早過ぎるというか、高たんぱく、高脂肪が高過ぎるのではないかとということで結論は出ているのです。

もう一つ言えば、縄文式時代から122回寒い時期がありまして、物がとれなかった。そして飢饉が来た。今、温暖化で地球がだんだん暖かくなっているから雪も少なくなったと思いますが、昔は日本海沿いではなくて、太平洋側も物ができなかったときがある。そういうことを考えたときに、来年とれなかったらどうしようかということが体の中にまだDNAで刻まれているのです。それで、1カ月後が危ないなとか、1週間後が危ないな、あした危ないなという、そういう我々に刻まれているDNAの信号が、今食べたものを、今のうちにため込んでおこうということが原因で日本人というのは糖尿病等にかかりやすいということがわかってきたのです。

そういうことを考えると、我々の体は200年では腸の長さもそう簡単には変わらないです。8代かかるのですから。皆さん、じっくり時間をかけて、市長が3年間という一つの形をとったというのは、それを契機に、まずはやってみる。さらに私は、人間が変わっていくためには最終的には100年かかると言いました。ですから、食育というのは今日からでも、隣の人にも、お1人が10人に今日あったことを話してほしい。やってほしいということをやったら、これは早くいきます。できるだけ早く、47都道府県の中で、また市の中で一番早くこういうものを引っ張っていってくれる原動力になる、そういう市になったら、私も応援したいと思っていますので、どうぞ市長、頑張ってください。

本日は市長を初めとしてご三方々、ほんとにありがとうございました。

これでパネルディスカッションを終了させていただきます。(拍手)

(終)

