

# 教員養成課程の学生が学ぶ日本型食生活

若年層の食育の関心の低さが懸念されるなか、学校現場でダイナミックに食育に取り組みたい。学生時代における濃厚な食育体験こそが欠かせない。日本教育新聞社では、農林水産省の補助事業の公募を受け、「日本型食生活」の理解・体験を盛り込んだ教員養成課程での食育活動のモデル化に取り組んでいる。連携する3つの大学の挑戦を紙面で紹介する。

## 日本型食生活

ごはんを主食としながら、魚、肉、牛乳・乳製品、野菜、海藻、豆類、果物、茶など多様な副食などを組み合わせた食生活のことで、健康的で栄養バランスにも優れている。一食、一日単位ではなくとも、数日から一週間の中で組み立てることができる。

この事業は農林水産省「平成27年度消費者ニーズ対応型食育活動モデル事業」として実施しています。

# 農業体験で「日本型食生活」を学ぶ

## 連携する3大学で実践始まる



**発酵のまちを発信**  
**上越教育大学**  
和食の根幹である「上越野菜」のブランド「発酵食品」を学ぶ。上越は「みそ」の産地として知られています。また、発酵食品の材料となる「上越野菜」のブランド化など、市をあげてさまざまな取り組みがなされておられ、発酵について学びを深めるには最適な環境と言えます。



大学院学校教育研究科 教授  
光永 伸一郎

## 濃厚な体験を提供

**大分大学**  
世界農業遺産の地で地域との交流も。私どもでは将来の教員あるいは社会人としての資質向上を目的に、さまざまな農作業体験を実施し、地域に貢献したいと考えています。



教育福祉科学部 教授  
住田 実

## 食育プログラム集を作成

**武庫川女子大学**  
実践と改良の過程で学びを最大化する。私はこれまで学生を対象にしてポスターセッションやワークショップなどの手法を取



文学部教育学科 講師  
藤本 勇二

「和食」の根幹となる発酵食品について学び体験することは、将来的には学校現場における「日本型食生活」の普及につながっていくと考えています。具体的には、教職課程の学生を対象に、①みそ、しょう油、漬物、酒粕といった伝統的な発酵食品や近年開発が著しい創作発酵食品などの製造過程の見学、②代表的な発酵食品であるみその加工体験、③地元の料理研究家、助言をもらいながら発酵食品を取り入れたレシピーを考案する調理実習④みその加工体験に用いる材料(米・大豆)の学生自身による栽培・収穫体験⑤発酵のイベントへの参加⑥発酵食品の成り立ちや栄養価を学び、その内容を学校教材へつなげる講座の実施——などを行います。北陸新幹線が開通し、ますます注目が集まる上越について、改めて地域の伝統食材に光を当てながらプログラム開発を行っています。

ある余谷地区での「農作業体験学習」として、①農業従事者を指導者として、田植えや芋植えの仕事を学ぶ②稲刈り体験と地域の運動会での交流活動、交流コンサートの開催③農業従事者を指導者に地元特産の柚子の収穫の仕方や選別方法を学ぶ④秋の収穫感謝祭の実施と地元住民との交流⑤地元特産の椎茸のコマ打ち体験⑥稲刈りに取り組みます。稲刈り体験は稲刈り付きで行いますので、濃厚な体験が提供できるものと期待し、「日本型食生活」の講義も行

ます。しかし、食育にあまり興味のない学生は、それに気がつくことができません。食育のチャンスを通して、食育の重要性を伝える必要があります。そこで、これまでの成果を元に学校で使える食育プログラム集を作成し、兵庫県内小学校でモデル授業を実施します。そこには学生も同行し、実践の過程や結果を共有します。実施後には、プログラム集の改良点を話し合ったり、不足点を補ったりする活動を学生とともに進めながら、改良版プログラム集を

