とちぎ食育新時代

大地の恵みパクッ

朝食を取らない人がサラリーマンだけでなく子どもの間でも増えている。野菜不足や塩分、脂肪、砂糖の取りすぎも目立つ。1日3食、きちんと食べる習慣を取り戻すにはどうしたらいいのか。県や学校、企業が「食育」を掲げて、新たな取り組みを始めている。

「おいしーい」。鍋にたっぷりと入ったギョーザに舌鼓を打つ児童ら

宇都宮・城山西小学校

廃校危機「食」が救う

宇都宮市の西の端、古賀志山の懐に抱かれた児童数55人の城山西小学校。1月16日の給食に、納豆やノリ、ゴマ、きなこ、大根おろしであえた色とりどりのモチが並んだ。

「納豆がおいしいよ」「ゴマが甘くて好き」。子どもたちは好きなモチを選んで食べ、おかわりも自由にする。自分たちが苦労して作ったモチだけに、みんな大はしゃぎだ。30分ほどですべてのモチがなくなった。

使っているモチ米はすべて、学校近くの水田で子どもたちが田植えから稲刈り、脱穀までを体験しながら作った。自分たちが普段食べているものが、どういう過程を経て口に入るのかを学ぶ目的で、今年から始めた取り組みだ。

水田を貸し、栽培方法を指導したのはPTA副会長の渡辺一夫さん(51)だ。給食の最後に渡辺さんが子どもたちの前に立って説明した。「今日皆さんが食べたモチは、スーパーで売っているものより歯ごたえがあげる量を増やしたり減らしたりして渡辺さんが育ててくれたんです」。最後は渡辺さんへの感謝の拍手で締めくくられた。

4年生の田野辺あゆかさん(10)は「田植えの時はとても疲れて大変だなと思ったけど楽しかった。スーパーのものより味がしっかりしていて、いいにおいだった」と満足顔。モチはもちろん「全種類食べた」。

1月11日の給食は同校オリジナルの「ギョーザ鍋」だった。野菜の詰まった鍋の中に手作りギョーザがたっぷり入っている。手塚英男校長は「宇都宮名物ということでギョーザ鍋を考えた。地元の食材や名物料理を食べて、郷土のことを学んでほしい」と話す。

「先生、熱いよ、僕、猫舌だから」「みんなで食べるんだから、他の人の分も考えて食べなきゃ駄目だよ」。児童と教諭が5、6人ごとにテーブルに座り、あちこちからそんな声が聞こえてくる。

4年生の北條泰成君(10)は「いつもよりあったかいし、みんなで鍋から取ったりするので、みんな友達という感じがして良い」と思う。ギョーザ大好き」。一緒に鍋をつつくことも自体が食育の一環だ。これまでにキムチ鍋やおでんなども楽しんだ。

給食で使う食材は「地産地消」にこだわっている。学校のすぐ隣には「給食農園」がある。卒業生や近所の人たちがボランティアで、ジャガイモ、ニンジン、チンゲンサイ、大根、キャベツ、ブロッコリー、白菜など様々な野菜を栽培している。米も近くの農家が届けてくれる。

給食室の壁には食材を提供してくれた農家の写真と紹介文が張られている。提供者への感謝の気持ちを常に持つようにとの考えからだ。

同小が食育に力を入れ始めたのは、統廃合問題がきっかけだった。同小周辺は70年ごろに市街化調整区域に指定されてから、住宅はほとんど増えず、路線バスも廃止となった。56年に180人以上いた児童の数は5分の1ほどに落ち込んだ。

03年、市教委の諮問機関は、校区外からの入学も受け入れられる小規模特認校として同小を認定するかわりに、教室内で違う学年が一緒に学ぶ複式学級を5年以内に解消できなければ統廃合するという答申を出した。

存続の道を探る中で考えついたのが食育だった。

「給食は毎日食べるもの。給食で特色を打ち出すことで、城山西小を選んでもらえるのではないか」(手塚校長)。給食農園を整備し、学校案内やホームページで「安全でおいしい給食」を強調するようにした。

地域のシンボルでもある同小の存続のため、地域住民も立ち上がった。給食農園の農作業や食材の提供など積極的に支援した。

努力の結果、05年には9人、06年には20人が校区外から入学。1、2年生では複式学級を解消できた。片道40分の道のりを親の車で通ってくる児童もいる。新年度も20人近くが入学式を迎える見通しだ。(赤井陽介)

つかみ取り大会で捕まえた魚を校庭で焼く

給食室の壁は、学校に食材を提供してくれる生産者らの写真が紹介されている

写真はいずれも宇都宮市立城山西小学校で

毎日野菜と果物を食べて、からだイキイキ!

食育とは、食べ物(いのち)を大切にする心を養う事。

singing ♫ ÆON

マイバッグ マイバスケット

お客さまといっしょに食品ポリ袋の削減に取り組みます。

ゴミ削減の一環として「マイバスケット」「マイバッグ」を販売。レジ袋などに詰め替えをせずにそのままお持ち帰りいただくシステムとして好評です。

「マイバスケット」は店内サービスカウンターにてお買い求めください。ご不要になった場合はいつでもご返金いたします。マイバスケット…315円(税込) カレー…105円(税込)

「マイバッグ」は店内サービスカウンターにてお買い求めください。レジかご用マイバッグ……630円(税込) 携帯用マイバッグ……315円(税込)

(レジかご用)

※詳しくは売場係員にお尋ね下さい。

「レジ袋はいりません」という方へ「買物袋スタンプカード」をご用意しています。

一回のレジに精算につき「お買物袋スタンプカード」にスタンプを1個押します。スタンプ20個で環境保全型商品(店舗により異なります)をプレゼント。

※詳しくはサービスカウンターでお尋ねください。

毎月11日は「いい日 いい街 イオンデー」

毎月11日は地域と環境をテーマに、お客さまと一緒に行動する日。

イオン 幸せの黄色いレシートキャンペーン

イオンの健康の合い言葉レッツ、ファイブ・ア・デイ

「Let's 5 A DAY!」

今から15年くらい前、アメリカでがん予防のために肉食中心の食事からもっと野菜や果物を食べようという運動が始まりました。ファイブ・ア・デイは英語で「1日5つ」という意味です。国内ではイオンが他に先駆けて運動を2001年6月よりスタート、その後、全国的に普及が本格化しました。

食事バランスガイド

イオンの食育活動の取組み事例

クッキングステーション / 食育体験学習会 / 親子収穫体験ツアー

ジャスコ佐野新都市店での取組み

栄養士の先生方が、地産商品や旬の野菜、果物をつかったメニューをご紹介する活動。

イオンの店舗を食材の図書館とし、地域の小学生をお店に招待して体験学習会を実施しています。

親子で大地・自然に触れあい「食べる」ことの大切さを学ぶ収穫体験ツアー。

※今後も実施予定をしています。

レッツ!食育 イオンの食育運動とは

「食」を通じて心身を育むイオンの活動は、下記のホームページでご覧いただけます。

http://www.aeon.jp/with/life/shokuiku/index.html

栃木県では21世紀のとちぎの健康づくりを目指して、「とちぎ健康21プラン」を策定し、県民健康づくり運動を展開しています。

とちぎ健康21協力店

当店は、県の推進する「とちぎ健康21協力店」として、お客さまの健康づくりを応援しています。

ジャスコ 栃木店
栃木市蔵前町37-9 ☎0282(22)7711
http://www.aeon.jp/jusco/tochigi/

ジャスコ 小山店
小山市中久喜1467-1 ☎0285(30)3000
http://www.aeon.jp/jusco/oyama/

ジャスコ 今市店
日光市豊田79-1 ☎0288(30)2000
http://www.aeon.jp/jusco/imaichi/

ジャスコ みぶ店
下都賀郡壬生町大字壬生丁字六軍219 ☎0282(82)5100
http://www.aeon.jp/jusco/mibu/

ジャスコ 佐野新都市店
佐野市高萩町1000-1 ☎0283(20)5252
http://www.aeon.jp/jusco/sanoshintoshi/

ジャスコ 太田店
太田市石原町81番地 ☎0276(47)8800
http://www.aeon.jp/jusco/aeonota/

AEONは私たちはイオンです JUSCO