

作って学ぶ「弁当の日」

子ども自身でメニュー考案し調理

「弁当の日」が学校で広がっている。でも、親が作った弁当を持ってきて食べるのではない。子どもたちが自分でメニューを考え、料理する。効果のほどは？ 子どもに調理技術が身につくだけでなく、家族の会話が増えたり、食べ残しが減ったり。香川県で01年に始まった取り組みは、今では小学校から大学まで300校近くで実施されている。

(才本淳子、葉山梢)

全国300校実施



午前5時半。宇都宮市立若松原中学校3年の深津栄二君が台所に立った。1月21日、まだ外は薄暗く、蛇口から出る水は刺すように冷たい。この日は学校の「お弁当の日」。全校生徒684人が早

起きて弁当作りに格闘する。深津君の献立は、から揚げ、卵焼き、ハウレンソウのソテー、サラダ、ふりかけごはん。彩りや栄養を考え、母の佐由美さん(47)と考案した。前夜から仕込んだ、から揚げは大好物。佐由美さんが「うちののは、下味にショウガ汁をたっぷりしみこませる」と「母の味」を伝えた。

宇都宮市は3月までに、お弁当の日を、公立小学校68校、中学校25校すべてで実施する。市としての導入は全国初だ。市は、給食を通じての「食育」に力を入れてきたが、市教委の樽井圭子指導主事(45)は「家庭を巻き込まなければ、弁当の日の回数について、市教委は「今後、学校と相談して決めたい」と話した。

綾上中学校長IIが始めた。竹下さんは、親子が一緒に過ごす時間が減っていることが気になっていた。そこで考案したのが弁当作り。「子どもが作るにしても、必ず親子の会話が増える。子どもは親に感謝し、親は子どもの成長に気づく」。竹下流の弁当の日は、献立づくりから片づけまでを、すべて子どもがやる。自立を促すため、親は手伝わぬように学校が念を押す。すると給食の食べ残しが減った。

北九州市立黒崎中学校。昨年12月から月1回「弁当の日」を始めた。学校給食がなく、ほとんどの生徒は、親が毎日弁当を作る。弁当の日実施後のアンケートで9割近くの生徒が「親のありがたみが分かった」と答えた。

子どもたちを取り巻く、食への関心は高まるばかりだ。肥満や生活習慣病の不安が広がっている。77年度6・7%だった肥満傾向の12歳児は、05年度10・4%に増えた。さらに食品偽装や、安全性に疑問が持たれる事件が頻発。食をめぐる様々な問題を背景に05年、「食育基本法」が施行された。家庭や学校、地域で食に関する知識を身につけ、食べ物を選ぶ力を育むように求めるものだ。

増えた親子の会話 ■ 減った食べ残し

「弁当の日」は01年、香川県綾川町立滝宮小学校長だった竹下和男さん(59)が現・同

市立宝木小学校2年生。1月26日がお弁当の日だった。宇都宮市

「弁当の日」は01年、香川県綾川町立滝宮小学校長だった竹下和男さん(59)が現・同

そこで「日本を変えるには東京を変えなければならぬ」と、東京での知名度アップに取り組みしたのは、大学で初めて弁当の日を実施した九州大学農学部(福岡市)の佐藤剛史助教(35)だ。

昨年改訂された新しい学習指導要領にも食育に努めることが盛り込まれた。学校では給食や家庭科で、栄養や食文化を学んでいる。弁当の日はそんな食育の一つだ。佐藤さんは「料理をする人が増えれば、食の安全に関心を持つ人が増え、食糧自給率アップにもつながる」と期待する。



佐藤さんらは1月10日、都内でシンポジウム「ひろがれ弁当の日」を開いた。会場は立ち見も出る盛況。福岡市で小学4年生の時に弁当の日を経験した竹津凛人君(12)が「自分に自信が付き、普段も料理をするようになった。今は魚を二枚におろせるし、卵