

## 第2節

# 「食を共にすること」に関する取組事例

ライフスタイルや家庭の様態が多様化しており、家庭における食育を一律に推進することは難しい面もあるが、家庭が子どもの食習慣の基礎を形成する場であることを踏まえ、家族や地域社会でできることから始めてみる

ことが大切である。また、社会的な孤立が問題とされている高齢者においては、「食」をきっかけとして高齢者が集う機会をつくる取組なども期待される。

ここでは、「食育の日」に家族との食事を促す地域の取組や、職場での環境づくりの視点から家族との食事を促す企業の取組、地域での食を通じた高齢者と子どもの異世代交流などについて取組を紹介する。

## 事例 家族で「いただきます」の日の推進

群馬県伊勢崎市

伊勢崎市では、学校、家庭、地域が連携し「豊かな心」と「社会性」の育成を目的とした食育の推進に取り組んでいる。その一環として、家族が揃って食卓を囲むことの大切さを認識できるよう、毎月19日の食育の日に群馬県が推進している「毎月19日は家族でいただきますの日」と共同した取組を行っている。

主な取組としては、小中学校を対象とした強化週間を設定し、各家庭で決めた「いただきますの日」が記入できるリーフレット等の作成・配布を行った。平成23年度の強化週間（11/21～12/16）における実施状況は、「いただきますの日」の設定ができた家庭は小学校では99%、中学校では43%で、そのうち約9割が設定どおりに実践することができた。

取組を行った子どもや保護者からは「家族揃っての食事はおいしい」「子どもの成長を感じることができた」などの感想が寄せられ、家族の絆を深める機会となることから、今後も学校と連携し年間を通じて『いせさき 家族で「いただきます」の日』を推奨していきたい。



## 事例 父と子のわくわく食育講座

静岡県清水町

清水町では、健康づくりを目的に、食事バランスや調理等に関心を持ち、夕食が家族<sup>だんらん</sup>団欒（こころの栄養）の場となるように働きかけを行っている。主な取組としては、健康づくり課と幼稚園の連携により、年1回「父と子のわくわく食育講座」を開催し、調理の楽しさを感じ、また、父と子の食を通じた触れ合い、日頃食事の用意をしてくれる母親への感謝の気持ちを感じる機会としている。

幼稚園での年間を通した食育の取組に加え、講座当日は野菜や朝ごはんの大切さに興味を持つよう、スライドや紙芝居の読み聞かせなどを行い、父と子でカレーとサラダの調理を行った。調理したものは感謝を込めて母親に届け、家族一緒に夕食として食べてもらった。

取組後は児童が家族や周りの人に野菜や朝食の大切さを伝えたり、親の日頃の食生活の見直しにつながったりといった効果がみられた。現在は町立幼稚園5歳児親子を対象としているが、今後は広く町民の親子を対象とし、取組を広げていきたい。



## 事例 社員の家族団らんのために～わが社の家族団らんの日行動宣言～

横浜ゴム株式会社 三島工場（静岡県三島市）

横浜ゴム株式会社三島工場では、静岡県三島市が取り組んでいる、家族が食卓を囲んで共に食事をする「共食」により家族団らんの機会をつくる「三島市家族団らんの日」に賛同し、平成20年に「わが社の家族団らんの日行動宣言」を行い、「毎月2回の一斉退社日」を実施している。

毎月第2、第4金曜日を家族団らんの日として、社員共有のスケジュール表に記載し、社員誰もがわかるようにしている。さらに、一斉退社日は管理職と労働組合が協力して各部署をまわり、社員に知らせるとともに帰宅を促している。一斉退社日の対象人数は約200名で、工場内でもすっきり定着している。

この一斉退社日の実施によって、社員からは、定時に帰りやすくなった、仕事が計画的に進められるようになった、また、節電等省エネにもなると評価を得ており、今後も社員の家族団らんのために継続して実施していきたい。



一斉退社日に帰宅を促すため、管理職と労働組合役員が巡回している様子

## 事例 まずは社員と家族の家族団らんから

チョーコー醤油株式会社（長崎県長崎市）

チョーコー醤油株式会社では、食育元年といわれた平成17年に、食に携わる者として何をすべきかを考え、まずは社員とその家族に対する食育から始めることとし、月1回の定時終業日を設定した。この定時終業日は、単純に仕事を早く終え退社するというものではなく、まっすぐ家に帰り家族団らんで食事をするという条件で行っている。営業社員は遅い時間まで働く者も多く、最初は戸惑いも見られたが、家族には好評で、定時終業日には家族から「夕飯なにが良い？」という電話が必ずあるといった社員もいる。家に帰る楽しみができたことで、早く帰るために仕事の段取りをよくし、また前向きに取り組むようになり、社内の雰囲気も明るくなった。

月1回（年に10回）から始まった定時終業日を年20回に増やし、より多く家族の時間を作れるよう取り組んでいる。また、親子の料理教室や味噌作り体験、小学校での「しょうゆ博士の出前授業」なども実施しており、今後とも社内外への食育に取り組んでいきたい。



## 事例 誰かのために創る料理、創ったごはんを食べてもらえる幸せ～パパごはん～

情報産業労働組合連合会

情報産業労働組合連合会（以下、情報労連）は、情報通信・情報サービス・通信建設などの業種で働く労働者でつくる産業別労働組合組織（組合員は22.1万人）であり、主な加盟組合は、NTT労組、KDDI労組、通建連合である。

情報労連は、男女がともに働きやすい職場の環境づくりに向けて、①「情報労連・男女平等参画推進計画」の策定・実施、②意識醸成に向けたツールの作成・配布、③女性役員や男女平等参画推進担当者のネットワーク作りと情報交換の場である『お茶の水フォーラム』の開催等に取り組んでいる。

昨年からは、「職場」（仕事）における男女平等の環境づくりのためには、「生活／家庭」面での男女平等意識の醸成も重要と考え、「固定的な性別役割分担意識の解消」を基本テーマとして啓発ツールの作成やフォーラムの開催に取り組んでいる。

その上で『お茶の水フォーラム』では、生活／家庭面における固定的な性別の役割意識を変えていくきっかけとして①育児（男性の育児への参加）、②料理（家族と一緒にの食事として男性が料理を作る意義）、③介護（仕事と介護／男性の介護実態と課題）の各分野について勉強会や実践を行ってきた。

料理については、情報通信や情報サービスの産業では他産業と比較した時、長時間労働となる傾向が顕著であり、このことから女性でさえも料理から縁遠くなっている現状がある。したがって、『お茶の水フォーラム』の料理の回については、“パパ料理研究家”の滝村雅晴氏（株）ビストロパパ代表取締役）に協力をいただき、男女組合役員約30名（約1/3は男性）が参加して座学と実践（料理教室）の2回に分けて開催した。座学の回では、「役割判断から役割判断へ～料理でパパ／男は育つ！」をテーマに、滝村氏の提唱するワークライフ＆ソーシャルバランスや、パパが日常の家庭料理をつくる世の中にするパパごはんの日（文化創造）プロジェクトの考え方などについて共有し、女性だけでなく男性が料理（家事）に関わる意義を学び役員等の意識啓発を行った。その後、実践の回では、実際に日常手軽にできる料理を作ることを目的に「パパごはんを作って身につける、料理力は仕事力」をテーマとして、料理教室（会場：大井町・きゅりあん）を開催した。

滝村氏は、料理を創ることを通じチームワークや段取り力（＝仕事力）のアップ、加えて「誰かのために創る料理、創ったごはんを食べてもらえる幸せ」等をアピールした。その上で、こうした思いを感じることで、幸せな人生・豊かな人生についての共有を提起した。

情報労連は、今後も「仕事」だけでなく「生活／家庭」の場でも男女がともに心地良い環境が創られることを目指し、取り組んでいく。

### ※パパごはんの日プロジェクト

「家庭内における父親の役割を「食」を通して定着させ、地域に密着したネットワークを通じて、地域で「子育て」できるライフスタイルを創造する目的で、父親の家庭料理支援を行う「ビストロパパ」と、父親の子育て支援を行う「ファザーリング・ジャパン」と、早くから食育に取り組み地域に密着した料理教室を展開している「東京ガス」の三者が協力して推進する、「パパが日常の家庭料理をつくる世の中にする」文化創造プロジェクト。



## 事例 食を通じて育む地域のふれあいと絆づくり

東京都葛飾区 NPO法人中・西会

葛飾区とNPO法人中・西会では、高齢者が安心し、生きがいを持って暮らしていけるよう、世代を超えたふれあい活動や高齢者を支える地域住民のネットワークづくりを推進しており、定期的に地域住民とともにふれあい食事会を開催している。

食事会では、地域で孤立しがちな高齢者の参加を募り、地域住民とともに調理作業を行ったり食事を行っており、おしゃべりや日頃の悩み、困っていることなどを話し合える機会となっている。平成22年5月に第1回を行い、平成24年3月の第45回「ふれあい共食会」までに、延べ1,041人の高齢者（うち、引きこもりがちで、地域の集まりに参加する機会がほとんどなかった高齢者 延べ341人）が参加した。

参加者からは、「ふれあい共食会に参加するためにも健康でいたい」という声もあり、こうした活動が生きがいづくりにつながり、また、地域での支え合い、引きこもり防止に役立っている。地域で高齢者を見守るネットワークづくりにも効果があったことから、今後も継続して取組を行っていききたい。



## 事例 子育て広場で食を通じた地域とのふれあい

NPO法人 とべ子育て支援団体ぽっかぽか（愛媛県砥部市）

NPO法人とべ子育て支援団体ぽっかぽかでは、地域の子育て家族を支える活動を行っており、ファミリーDAYや、おやつDAYなどの取組を行っている。

ファミリーDAYでは、子どもと父親や祖父母を交えた家族での調理や、凧揚げなどの行事ごとのふれあいを行っている。

おやつDAYでは、家庭で手作りのおやつ作成や、高齢者とのふれあいを通じた世代間交流を目的に、「小規模多機能ホームあったか」の高齢者と子どもたちが一緒におやつを作って食べる取組を毎月第4土曜日に開催している。その他、親子で簡単に作れるおやつ作り教室も月に1回行っている。高齢者との交流おやつ作りは、高齢者の方々も楽しみにしており、今後とも継続していきたい。

