

提 言

子どもへの食育…それには大人がまずお手本を

水野清子 (日本子ども家庭総合研究所客員研究員
元日本子ども家庭総合研究所栄養担当部長)

食料不足の時代にも、また、飽食の時代にも常に問題にされるのは発育・発達の旺盛な子どもたちでした。それだけ子どもにとって「食」のあり方は重いのです。食育基本法が施行されてはや2年。これまでの子どもの食生活状況を顧みると、この施行が遅すぎた感もないわけではありません。

施行以前から保健相談所や保健センターでは栄養相談を通して保護者に「食育」を行い、保育所では主に保育士が「食育」を担ってきましたが、この法律の施行により以前にも増して家庭でも保育所でも子どもに向けた「食育」がさまざまな形で活発に行われています。しかし、大人自身の食生活が実践を伴っていない場合が少なくありません。大人を見る子どもの目には、思いのほか強い洞察力が存在しているように思います。子どもの食の管理は大人の責任ですが、食事中、一方的な強い口調の言い聞かせは楽しいはずの食卓も魅力ないものにするでしょう。「言葉少なく態度で示す」食育も大事であると思うのです。それには子どもに対して常に大人が適切な手本でなければなりません。

いつの時代においても、マスメディアを通じた情報の提供力の強さには計り知れないものがあります。「納豆」とダイエットの話題が流れると、売り場では続々完売するありさまは記憶に新しいところです。情報の捏造問題には強い怒りの念を覚えますが、情報を適切に判断できる大人づくりも大切な課題でしょう。また、今年、われわれが幼い頃に人気絶大だったキャラクターグッズをそなえた某食品メーカーでの食材不正事件には、大きな怒りが走りました。消費者は食品製造工程まで見抜くことはできません。食育基本法に記されているように、生産者と消費者との交流を促進し、安全な食品の開発に全力を投じていただきたいものです。



遠 足