

新連載

子どもの

「食育」を
考える ①



食育ってどんなこと？
食生活から未来を変えよう

「食育」と聞いてどんなことを想像されますか？「健康な身体づくり」や「栄養バランスの採れた食生活」「料理の作り方」といったことを思い浮かべられるのではないのでしょうか。もちろん、健康のために何をどう選択し、調理して食べるかという能力を身に付けることは個人としてとても重要です。しかし将来、子どもたちがあらゆる意味で豊かな暮らしを実現するには、エシカル（倫理的、道徳的）な消費ができる力を身に付けることです。

「SDGs」という言葉を聞いたことがあるかと思いますが、これは2030年までに世界が目指す持続可能な開発目標で、食・農・環境などに関わる17の目標が掲げられています。一見、これらの17の目標は、個人には関係ないように感じるかもしれませんが、それぞれ目標をじっくり見ると、実は、一人一人の消費行動を少し変えることで貢献できることがわかります。例

えば、貧困や飢餓をなくすためには、まず、食べ残しなどの食品ロスをなくすことが重要で、買いた物を直したり、賞味期限・消費期限をこまめにチェックしたり、余剰食品をフードバンクに寄付したりすることから始められます。海の豊かさを守るためには、「MSC 認証マーク（持続可能な漁業で取られた水産物）」の付いた魚介類を購入すること、陸の豊かさを守るためには「有機JASマーク」のように環境に配慮した農法で生産された農産物を購入することや輸送距離が短く環境にも優しい地産地消をすることから始められます。

一人一人がこのようなエシカルな消費行動をすることで、地球環境が守られたり、地域の農業や環境・生態系が維持されたり、大切な食料資源が必要とする誰かの下へ届けられたりと豊かな社会へと繋がっていきます。食育はそんな豊かな未来を創造するための学びです。



東京農業大学副学長・
国際食料情報学部教授
上岡美保 先生

2001年3月東京農業大学農学研究科農業経済学専攻博士後期課程修了。博士（農業経済学）。現在、東京農業大学 副学長・国際食料情報学部教授。

東京農業大学

総合農学の観点からSDGsの課題解決に貢献する国内外のあらゆる教育・研究を展開。地球の豊かな未来に貢献できる人材を育成している。

<https://www.nodai.ac.jp/>

情報誌 **Mi-S-Mo** 8月号 に掲載されています

