すみだ食育goodネット

食育の芽

第15号 2020.1発行
発行：すみだ食育goodネット

特集　すみだとふくしま
新たな交流

知る! 出会う! 体験する in ふくしま2019

2019年11月12日、福島を訪問しました。目的は復興の現場を視察し、被災時の状況や子どもたちの様子、農園を通して復興に取り組む若手の活動に触れ、災害時の環境づくりを考える機会にすることです。当日は good ネットのメンバーだけでなく、墨田区内の７つの児童館の担当者も参加しました。

訪問のきっかけになったのは、福島大学うつくしまふくしま未来支援センター相双地域支援サテライトの谷信孝さんとの出会いから、昨年実施された「相双地域＆すみだの食育ワークショップ」です。そのご縁を育て、地域交流を深めるため、今年は谷さんのガイドでツアーを実施しました。

訪問した場所

太平洋沿岸に位置する双葉郡（8町村）のうち浪江町、双葉町、大熊町、富岡町を訪問した。

「知る」「出会う」のために現地に足を運ぶ

谷さんのガイドで、完成した堤防の上から廃炉作業中の福島第一原子力発電所を見た

立ち入りが原則禁止の「帰還困難区域」がいまだに残る

放射線物質を含む土壌や廃棄物を「中間貯蔵施設」に運ぶトラックを何度も目にした

復興の現場を知るため、最初に足を運んだのは浪江町の「大平山展望台」です。津波でまちが消え、見渡す限り草地が広がる様子や、壊滅的な被害を受けた請戸小学校を見学。その後、国道６号線を南下して富岡町に向かいます。途中、帰還困難区域の現状をバスの中から視察しました。

富岡町では、双葉郡８町村の震災・津波・原発事故の発生から現在までの記録を展示する「ふたばいんふぉ」で、代表の平山勉さんから話を聞きました。

さらに富岡町立富岡第一小学校を訪問して、岩崎秀一校長から学校再開までの歩みについて話を聞きました。

復興の「足跡」を知ってほしい

平山 勉さん

有限会社ホテルひさご代表、双葉郡未来会議代表。双葉郡８町村が連携するため、情報共有と発信を行う。

富岡町にある「ふたばいんふぉ」で、まず見せてもらったのは、震災２日後の富岡駅前の映像です。津波によって道路はがれきで埋め尽くされ、建物は破壊されています。「もうこの町には帰れないと思った。なんとか記録に残しておこうと撮影しました」と語るのは、「ふたばいんふぉ」の開設に尽力した平山勉さん。その理由を「この地域は、突然復興したわけではないんです。地域の人と役場の人が悪戦苦闘しながら町をつくってきた。その足跡を知ってほしかった」と説明してくれました。

平山さんが代表を務める「双葉郡未来会議」のホームページでは、復興の歩みを記録した動画や、双葉郡の人の証言を集めたボイスアーカイブを視聴できます。

2011年8月に平山さんが書き、歩道橋に掲げた横断幕。全国に散らばった富岡町の人へのメッセージ

農園で収穫体験

今回、収穫を体験させてもらったのは、浪江町で育てられている「えごま」です。えごまはシソ科の植物で、主に油を絞るために栽培されています。収穫を指導してくれたのは、浪江町でえごま栽培をしている和泉亘さん。この日収穫したえごまは、小学校のイベントで使用されるということで、ボランティア活動として、地域のために少しだけ役に立つことができました。

和泉さんから作業の流れについて説明を聞く

鎌を使って、えごまを１本ずつ刈り取っていく

えごまを手で持ち、種が入っている部分を振り落とす

ふるいを使って、えごまの種を選別する

「えごま」で浪江町を元気にしたい

和泉 亘さん

ゲストハウスあおた荘管理人、「なみとも」副代表。えごま栽培で地域活性化を目指す。

福島県白河市出身の和泉亘さんは、2018年に浪江町に移住しました。きっかけは、震災後に被災者支援の仕事をするうち、浪江町の人とのつながりが生まれたこと。移住した後は、浪江町を盛り上げるため、県内外の若者との交流を目的としたイベントなどを実施。さらに町で生きていくために農業も始めました。「えごまの栽培を始めたのは、除染によって栄養分が失われた畑でも育つから」と和泉さん。「えごまを使ったお菓子などの新商品を開発して、浪江町を PR していきたい」と笑顔で今後のビジョンを語ってくれました。

収穫体験は、ふくしまと、すみだの若者の出会いの場にもなった

子どもたちの夢を育むには、地域の力が不可欠

岩崎 秀一さん

富岡第一小学校長。震災後、三春町での学校再開、さらに昨年の富岡町内での学校再開に携わった。

富岡町立富岡第一小学校は、震災後の全町避難のため 2011年９月に三春町で学校を再開。2018年、ようやく富岡町で学校を再開できました。再開の日、児童 15 人に対して保護者や町民など約 500人が集まりました。

同校の岩崎秀一校長が重視するのが、夢実現のために必要な学力を伸ばすこと。また、夢を育むために地域の人の力を借り、子どもたちが多様な大人と出会える場を用意しています。「地域に根ざす学校づくりができたのは、ゼロからのスタートだったから。震災があったからだと思います」と語る岩崎校長の自宅は、町内の帰還困難区域にあります。厳しい状況にもかかわらず、子どもたちの未来のために前を向く姿が印象に残りました。

富岡町で学校が再開された当日のようす

「ふくしま」&「すみだ」つながりで育む　新たな取組

2018 年から始まった福島県の相双地域と good ネットの交流。
そのつながりから、2019 年新たな取組がスタートしました。

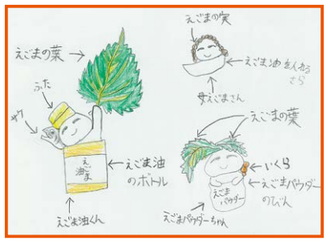
えごまのキャラクター誕生！

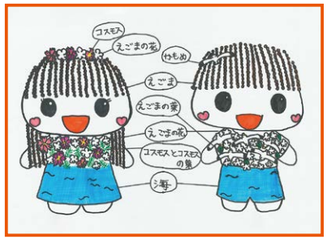
これまでの活動について、子どもたちから話を聞いた

2019 年 5 月、good ネットのメンバーが福島県の浪江町立なみえ創成小学校を訪ね、総合学習の時間にゲストとして参加しました。授業のテーマは「浪江町の新たな一歩～農業の復興～を多くの人に紹介しよう」で、「えごま」「花」「大豆」の 3 つの班に分かれ栽培などの活動をしていました。

最初に、子どもたちから、えごまの特徴や栽培のプロセス、えごまを使った「お団子づくり」の話がありました。その後、えごまについて多くの人に知ってもらうためのアイデアを子どもたちと一緒に考えました。出されたアイデアは、「えごまを使ったパンを作る」というもの。そして「えごまのキャラクターを考えて、パンの袋に貼ってみてはどうか?」ということになりました。

授業が終わった後、子どもたちはえごまのキャラクターを考え、絵を描いてくれました。





キャラクターを描いてくれた 4 人の小学生

瀬川 凌央くん　(5 年生)
緑 美沙さん　(5 年生)
紺野 琉美子さん　(6 年生)
瀬川 彩那さん　(6 年生)

山崎製パン(株)の協力でサンドイッチ教室を開催

2019 年 12 月、なみえ創成小中学校の「放課後子どもクラブ」で山崎製パン (株) によるサンドイッチ教室が開催されました。相双地域では、震災後、子どもたちの肥満や食が細いことが課題になりました。その解決策のひとつとして、昨年度のワークショップで生まれたつながりからこの企画が実現したのです。

教室では、朝食の大切さや栄養バランス、パンの原料やパンの耳までおいしく食べる方法について学びました。参加した子どもたちは磯の香りがするロールサンドや旬の果物を使ったフルーツサンドを作り、最後にみんなで一緒に食べました。サンドイッチ作りを通し、作ること、食べることの楽しさを体験し、食事の大切さを考えるきっかけとなりました。

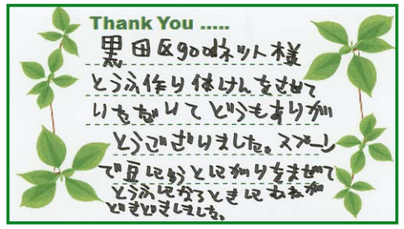
「なみえ創成小学校・中学校サンドイッチ教室」のようす。小中学生合わせて10名が参加した

修学旅行の「自主研修」をサポート

2019 年 11 月 1 日、浪江町立なみえ創成中学校の修学旅行の自主研修で、鉄道が大好きな小船井晴彦くんが、墨田区内にある東武博物館の見学に来ました。
先生から事前に、「せっかく墨田区に行くので good ネット会員のお店で昼食や体験ができないか」とお話があり、（有）佐々木栄五郎商店　魚八栄五郎さんで昼食をとり、“ 豆腐作り ” 体験をすることになりました。
同店の佐々木さんが作ってくれたお弁当とシフォンケーキを食べた後、会員の (有) 三善豆腐工房の平田慎吾さんからレクチャーを受けた good ネットのメンバーが講師役になり “ 豆腐作り ” に挑戦。ほかほかのお豆腐ができました。

豆乳ににがりを入れて豆腐を作る晴彦くん（写真右）

晴彦くんの昼食。事前に好みを聞いて佐々木さんが試作、写真を送って確認してもらった



晴彦くんからのメッセージカード。豆腐づくり体験で、胸がどきどきしたと書かれていた

きっかけは2018年のワークショップ

そもそものきっかけは、2018 年 10 月に福島県相双地域で行ったワークショップでした。ワークショップの目的は、“ 食育から生きる力を養う ” ことをテーマに取組アイデアを出すこと。そこで、なみえ創成小・中学校と good ネット、山崎製パン（株）などとのつながりが生まれ、2019 年新たな活動がスタートしたのです。

ワークショップでは、グループ毎にアイデアを出し合った

ワークショップには、なみえ創成小学校の馬場隆一校長も参加

山崎製パン(株) の担当者から、こども向けの食育プログラムの紹介があった

グループごとに食事をとりながら、交流を深めた

すみだの食育「これまでと、これから」を考える

食で人を育む!

人づくりワークショップ実施

2019年も、早稲田大学社会連携研究所の所長である友成真一先生が講師を務めるワークショップを、9月9日にすみだ女性センターで開催しました。今回のテーマは「これまでを振り返り、これからを考える」。食育の取組を振り返り「食で育まれたもの」を探ることで、今後の活動の参考にしました。

最初に、各メンバーがそれぞれ、自分が楽しいと感じたプロジェクトを選び、楽しいと感じた原因を考えます。次に、グループ内で各メンバーの考えを共有、楽しいと感じた原因について共通点を探ります。最後に友成先生から、「これからも楽しく食育活動を実践するには、今日の話し合いで明らかになった原因にフォーカスすることが大切です」という話がありました。

参加者に進め方を説明する友成先生

グループごとに話し合いを進めた

ワークショップに参加した方の感想

これまで参加した講習会は、講師の先生の話を聞くだけだったので、今日のようにグループで話し合いながら進めるのは新鮮で、すごくよかったです。参加されている方は、それぞれが食育について意見をもっていて、「もっとよくしていこう」という意欲が感じられました。とても勉強になりました。

角田 妙子さん
行政相談委員、青少年育成委員会、立一ふれあい委員会

講師から「結果ではなく原因を見ましょう」というお話があって、仕事だけでなく家庭でも使えると思いました。また「楽しくプロジェクトを進めるには自分が変わること」という話を聞いて、普段から「相手を変えようと思ってはいけない」と思っていましたが、その大切さを改めて確認できました。

板垣 美加子さん
「和のごはん みかづき」店主
元すみだ食育goodネット理事

私は2019年の3月まで行政で働いていました。今後は、微力ながら後輩の育成にも関わりたいと考えています。今日は、同じグループの方と話をさせてもらい、「医療」や「健康」という視点ではなくて、住民の方の生活の視点で見ることの大切さがわかりました。今後の活動のヒントにしたいと思います。

矢澤 正人さん
陵北病院歯科、歯学博士
元新宿区健康部参事

対談

食で人を育むとは?

これまでgoodネットは「食で人を育む」を目指して活動を続けてきました。その原点を振り返り、今後の活動の指針とするため、ワークショップの講師を担当した友成真一先生とgoodネットの木口圭子理事長が対談を行いました。

●木口:すみだ食育goodネットは、これまで多様な取組をしてきました。農家さんとすみだをつなげる「すみだ青空市ヤッチャバ」、児童館でトマトを育てる「すみだ農園」、多世代の交流の場「街かど食堂」など。これらの成果を、友成先生はどう見られていますか?

■友成:「食で人を育む」を大切にしてきた結果だと思っています。食で育む、「食は手段」という設定をしたことで、いろいろな人が参加しやすくなったのだと。

●:いい意味での「おせっかい」というか、手間をかけることに共感してくださる方が集まってくれました。ただ、「食で人を育む」という表現は、一般的ではないですよね。

■:多くの食育活動では「食を育む」が目的です。例えば、食に関する知識を子どもたちに与え、健康的な食生活を送れることを目指す。でもそれだけだと、限定された運動になってしまうので、「食を手段にして人を育む」という設定にしたわけです。

木口 圭子
すみだ食育goodネット理事長
元賛育会病院事務部長室課長

●:最初に「食で人を育む」という言葉を聞いたとき、正直ピンと来ませんでした。

■:そうですよね。「人を育む」というのは、大それたことですから。そんなに簡単に実現できることではない。

●:でも活動を続けるうちに、「実は自分自身が育まれているのでは」と思うようになりました。

■:まさに、その通りです。そのことに気づくためにはどうすればいいか、という話になるんですね。必要なのは、他者の存在です。

●:「人を育てる」という、大それた目標を目指して活動しているうち、自分が育まれていることに気づくんですね。

食育活動で「命」を守る!

●木口:おかげさまで、goodネットの活動に期待してくださる方も増えてきて、これまでなかった難しさを感じるときがあります。

■友成:活動が注目されるようになると、多様な方が関わるようになりますからね。すると、争いが起きがちです。私自身、これまでたくさん戦ってきた経験があるのでよくわかります(笑)。

●:そのご経験から、アドバイスがあれば、ぜひお聞きしたいです。

■:私は、はたから活動を見ていて、「よくここまでたどり着いた」と思っています。ただ次の時代に進むためにも、再度原点に返って、これからどうすべきかを深く考えることが大事ではないかと。

●:おっしゃる通りだと思います。個人的には、goodネットの活動は、すみだに住む方の「命」を守ることにつながっている。これまでの活動を通して、そう考えるようになりました。私は医療の現場で働いてきたので、そのことも関係していると思います。

■:木口さんは、「命」という言葉に、人と人の関係がもたらす豊かさを感じていらっしゃるんでしょうね。

●:そうかもしれません。最近、社会情勢が不安定になり自然災害が多発していますよね。そんな中で、食育活動を通して仲間づくりをすることが、自分の「命」を守ることにもつながるのでは。そんなことを考えることがあります。

■:人を育み、自分自身を育むことを続けていく。その結果として、様々な成果が実っていくのでしょうね。

●:ほんとうにそうですね。これからも「食で育む」を大切に、活動を続けていきたいと思います。今日はありがとうございました。

友成 真一氏
早稲田大学大学院 教授、早稲田大学社会連携研究所所長

食育人に会いに行こう

今回は、東京産食材の居酒屋「押上よしかつ」の店主、佐藤勝彦さんに話を聞きました

26 歳の時、鐘ヶ淵でもんじゃの店を始めました。当時は使用する小麦粉は外国産で、野菜も中国産が多く、「もんじゃは東京の下町の味」と胸を張って言えるのかと疑問に感じたんですね。ただ当時は、東京産の食材を仕入れることが難しい状態でした。

2001 年、今の場所に店を移すとき、居酒屋の形態で酒のつまみとしてもんじゃを出すと決めました。食材も国産に切り替え、できるだけ東京産の酒を出そうと。

転機になったのは 2009 年、寺島小学校で伝統野菜の「寺島なす」復活事業がスタートして、寺島なす以外にも江戸東京野菜が作られていると知りました。以前から「地産地消に取り組みたい」と考えていたこともあり、全食材を東京産で、さらにできる限り江戸東京野菜を使う形に切り替えたんです。

江戸東京野菜を使えば、先人が努力して改良を加えてきた野菜を後世に残すお手伝いができます。また、東京産の食材を使うことは、緑地としての農地を守ることになる。東京の環境をつくることにもつながると思うんです。農地があれば災害時に食料供給基地になるし、仮設住宅の用地にもなる。このように東京産の食材を守る意味を発信していくことも大切だと考えているので、good ネットに入会して様々な場で発信できるのは、ありがたいですね。東京産の食材の存在を知っていただくため、これからも頑張っていこうと思います。

佐藤 勝彦さん

都内スーパーで働いた後、もんじゃ屋を開店。2001年に店を移転して「押上よしかつ」として営業を開始

左：江戸東京野菜の「青茎三河島菜」
右：都内で作られている焼酎や日本酒など、さまざまな酒を楽しめる

「芽」から始める「すみとかプロジェクト」が始動!

～ 2020 年 2 月、十勝の「芽室町（めむろ）」で食育ワークショップ～

2019 年 11 月 6 日・7 日、good ネットのメンバーが北海道十勝地域にある「芽室町」を訪問しました。目的は「特別区全国連携プロジェクト」の中で、墨田区と台東区が十勝地域と連携することが決定、墨田区では“食育で人と人がつながる”取組をモデル化しようと、good ネットが現地に向かいました。このプロジェクトは特別区（東京 23 区）と十勝 18 町村が連携し、関係人口や交流人口を増やし、双方のまちを元気にすることを目指しています。視察では芽室町（めむろ）、清水町（しみず）、音更町（おとふけ）、大樹町（たいき）、幕別町（まくべつ）の生産者を訪問。芽室町役場の担当者とは、具体的な取組を話し合い、2020 年 2 月、芽室町でワークショップを実施することが決まり、芽室町の生産者、消費者、good ネット関係者などが参加の予定です。

芽室町、島部さんの小麦畑

芽室町、高道さん(右)の畑で話を聞いた

芽室町役場で打ち合せ終了後に撮影。手島芽室町長（中央右）と、墨田区の山本区長のかかし（中央）

発行元　すみだ食育 good ネット
住所：131-0044 東京都墨田区文花1-32-1-101　TEL：03-5631-7035
http://すみだ食育goodネット.com/

編集・制作・撮影　五木田 勉
レイアウト　五木田 勉