

食育を

担う

9

企業も一役 野菜で元氣

食い倒れの町が、民間企業と連携した食育に取り組み。

No. 355

教育ルネサンス

バリ たべて たべて モリモリ やさいバリバリ元気っ子

弾むような音楽に合わせて、ナスやカボチャなどの着ぐるみをまとった子供たちが、はねたり、手を突き上げたりして踊る。大阪市内で24日に開かれた第1回食育推進全国大会の幕開けを飾ったのは、食育イメージソング「野菜バリバリ元気っ子」だ。

昨年6月、食品大手カゴメなどの協力を得て大阪府が制作、府内のスーパーの野菜売り場や、幼稚園の発表会などで流されている。市民連携の、行政側の最



きっかけは3年前、府の呼びかけで始まった食育体験イベントに

最も象徴的な例が、全国にお好み焼き店を展開する「千房」（本社・大阪市）と共同開発し、昨年11月に発売された冷凍食品「野菜めっちゃバリバリお好み焼き」だ。関西の有名百貨店や同社の通信販売などで購入できる。

*

前線に立つのは府立健康科学センターだ。コンビニエンスストア大手ローソンとは、健康に配慮した弁当を共同開発。16社の食品メーカーからなる「健康おおさか21・食育推進企業団」と協力して、子供が食品工場などを見学する「食育ツアー」も企画した。

「千房」が参加し、何種類も野菜が入ったお好み焼きを、小学生と作ったことだ。このとき、子供にも保護者にも好評だったことから試作に入り、健康科学センターに監修を求めた。試行錯誤の結果、キャベツ、ネギ、シヨウガだけでなく、タマネギ、ニンジン、カボチャ、ナス、枝豆が入り、塩分を控えたお好み焼きができた。

「家庭では、8種類もの野菜が入ったお好み焼きは、まず作らない。こんな例もあります」という提案になったのではないだろうか。行政の啓発には限界があるが、民間企業を通じて直接、消費者に訴えかけ



大阪府が食育に力を入れるのは、2000年の都道府県別平均寿命が、男性43位（76・97歳）、女性46位（84・01歳）と、いずれも最下位に近かったからだ。生活習慣病と関係がある野菜の摂取量も全国平均より少ない。特に7・14歳の1998年から00年までの平均は1日当たり1・46gと、ほぼ同時期の全国平均（2・24g）の約6割にとどまっていた。

こうした状況を改めようと、府は、1997年調査で22%だった小学生の朝食欠食率を0%にし、小中学生の野菜摂取量を1日300g以上に上げるといった数値目標を立てている。達成目標は2010年度。これからは一人三脚の取り組みが続く。

（木田滋夫）



食育推進全国大会では、大阪府の食育イメージソング「野菜バリバリ元気っ子」とダンスが披露された

野菜の摂取量 厚生労働省の国民健康・栄養調査によると、2003年の野菜類摂取量は1人1日当たり平均277.5g。60歳代が339.3gと最多で、7～14歳は238.8gにとどまる。旧厚生省が00年に定めた健康作り計画「健康日本21」では、成人の1日当たりの野菜摂取量を、2010年までに平均で350g以上とすることが目標として示されている。

る効果は大きいはず」
開発にかかわった同センター栄養指導班長で管理栄養士の西村節子さん（48）
写真：期待をかける。