

「子どもに魚の^{おい}美味しさと命の大切さを伝えたい！
～お魚一匹食べよう伝道師の取り組み～」

牟礼漁協女性部
石原 千代子

1. 地域の概要

瀬戸内海を臨む高松市牟礼町は香川県の北東部に位置しており、東は志度湾、西は屋島湾と接しており、瀬戸内のとても温暖な気候に恵まれた町である。

平成18年1月10日に高松市と合併し、高松市牟礼町となった。

良質な花崗岩の庵治石の産地であり、古くから石材業が発展してきた。また、平家物語の舞台としても有名で、各所に源平史跡が数多く残されている。

それらを街の活性化に生かそうと始まったのが、源平の史跡と史跡をつないだ灯火の道、「石あかりロード」である。2005年に初めて開催され、今ではすっかり香川の夏の風物詩として定着している。

2. 漁業の概要

牟礼漁協は正組合員48人、准組合員6人の計54人で構成されている。主な漁業は、ハマチ、カンパチ、タイなどの魚類、ノリ、カキなどの養殖業と小型底びき網漁業である。



地域図



「石あかりロード」

3. 研究グループの組織と運営

牟礼漁協女性部は昭和33年4月に発足し、57年目を迎えた。当時は30人ほどの部員がいたが、徐々に減少し、現在は7人で活動している。主な活動内容は魚食普及のための料理教室、海浜清掃、各種研修会、大会への参加のほか、会員相互の交流を深めるための親睦旅行なども行っている。

そのため、部員数は少なくても、結束力は強く、協力しあいながらできる活動を地道に続けている。

4. 研究・実践活動の取組課題選定の動機

牟礼漁協女性部では「食育」という言葉が一般的になる以前の19年前から食育活動を行っていた。

秋になると町内の小学校では地域の方が講師となって「ふるさと学習」という教室を開催している。当時は、私が子供の小学校のPTA会長として活動していたこともあり、「親子おさかな教室」を行っていた。

教室では、漁業者がハマチなど大型魚のさばく様子を見せ、その後、親子でツバスなどの魚をさばくことにも挑戦してもらっていた。



ハマチのさばき方教室



魚のつかみどり

また、同時に、青年部とともに「魚のつかみどり」も企画し、これらの活動については、地域に漁業者がいるからできる行事として、好評を得ていた。

さらに、他地域のPTAからも魚のさばき方教室の依頼を受けることもあった。

その後、私の子供が小学校を卒業し、学校と漁業者のパイプ役であり、世話役だった私の後継者が育たず、学校での水産食育活動は自然と消滅してしまい、女性部も食育活動からは遠ざかっていた。

しかし、最近の魚離れは私たち女性部にとって、気になる問題で、何かできる事はないかと考えていた。そんな中、平成26年度に県漁協女性連が県の委託を受け、「お魚一匹食べよう伝道師」の養成講座を行うことになり、募集があった。

「お魚一匹食べよう伝道師」は魚の構造や食べ方について学び、骨がある一匹物の魚の食べ方の実習を行う「お魚一匹まるごと食育教室」の講師役となるものである。

「魚離れ」の理由として上位にあげられるのは「骨がある」「食べるのが面倒」といった魚の食べにくさである。また、切り身や刺身に比べ、一尾物の魚は敬遠される傾向にあり、それらへの対策として考えられたのが「お魚一匹まるごと食育教室」である。ここに私たちの活動に何かヒントになるものはないかと思い受講することにした。

5. 研究・実践活動の状況及び成果

講座は全部で4回開催され、魚の栄養のほか、箸の文化や香川県の郷土料理、香川の魚の特徴やブランド化についてなど、幅広い内容について学んだ。

講座を終え、私たちができる事は食育活動だと確信し、女性部の食育活動を復活しようという話になった。まだ、始まったばかりの取組みであるが、今回、報告したい。

最初の食育教室は、地域の若い母親に声をかけ、平成27年5月、地元の幼稚園の親子

を対象に「お魚一匹まるごと食育教室（以下、「食べ方教室」という）」を行うことになった。12家庭、36人の親子が参加してくれた。

食べ方教室では、最初に、ハマチの解体を行った。魚を見る子供たちの真剣な目は19年前の食育教室で見た目と同じである。

次に、魚の模型で骨の位置を説明した後、箸の使い方を教え、一匹物の魚の食べ方を説明した。

中には、左手で魚の骨を取っている子もいたが、食べ方のコツを教えてあげると、上手に食べられるようになる子供も多かった。



模型を使って魚の骨の位置を説明



食べ方の実習

保護者を対象に行ったアンケートでは、「食べ方教室全体に関する感想は」という質問に対しては、全員が「良かった」を選んでくれており、ホッと安心した。

また、「今回の食べ方教室に参加して、家庭で魚を食べる機会を増やしてみようと思いましたが？」という質問には11人が「増やしたい」、1人が「今までどおりでよい」という回答であった。

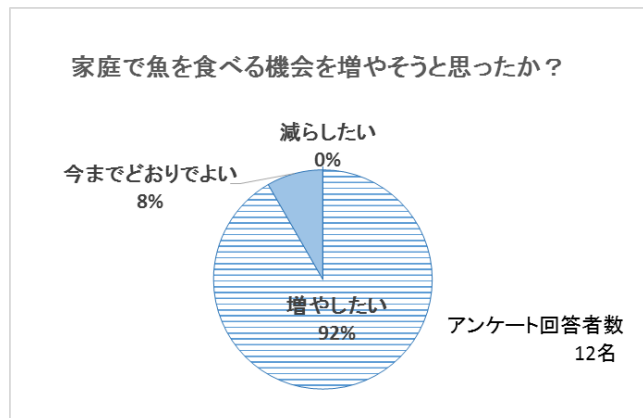
食育教室を開催して感じた事は、幼児が対象の時は難しい説明はせずに、イラストを見せるなど分かりやすく伝える事が大事である。また、子供を飽きさせない工夫も必要である。

色々と反省点もあったが、参加者の楽しそうな表情やアンケートの結果を見ると、少し手ごたえも感じた。

2回目の食べ方教室は日本さかな検定高松会場の関連イベントの中で行った。ここでは、魚の栄養やお箸の使い方等について、学んだ後、食べ方の実習をするという内容で行った。

食べ方を教える事に特化した教室なので、焼き魚や三杯酢などの調理した一匹物の魚を用意すればできる。そして、調理実習が主の食育教室と比べ、時間も短く、参加者も気軽に参加しやすいようである。

イベントに遊びに来ている親子連れに声をかけ、参加してもらった。魚の食べ方のコツ





イベントでの食べ方教室

を知らない保護者も意外に多く、参考になったと喜ばれた。

教えながら、子供が食べている様子を観察すると、お箸を上手に使える子はきれいに魚を食べている。併せて、保護者もお箸の持ち方について関心が高いことが伺えた。やはり、魚の食育教室にはお箸の使い方を併せて、教えることが効果的であることを感じた。

3回目の食べ方教室は11月、小学校行事の「ふるさとまつり」で行った。これについては、直接、小学校の校長、教頭に食べ方教室をしたいと直談判をして、16年ぶりの参加となった。ハマチの解体を見せた後、アジの三杯酢で食べ方の実習を行った。

たくさんある教室の中で、食べ方教室を選んでくれた参加者は釣り好きの高学年の男子が多かったものの、中には、魚が苦手だけど参加したという子供もいた。理由を聞いてみると、いつも魚を上手に食べられないから参加したということだった。少しでも上手に魚を食べたいと思う気持ちで参加した子供の気持ちに応えようと、私も丁寧に魚の食べ方を教えた。

食べ方教室が終わるとすぐに、見学していた教頭から、今後もこの教室を続けてほしいと頼まれ、確かな手ごたえを感じた。

3回目の食べ方教室は11月、小学校行事の「ふるさとまつり」で行った。これ



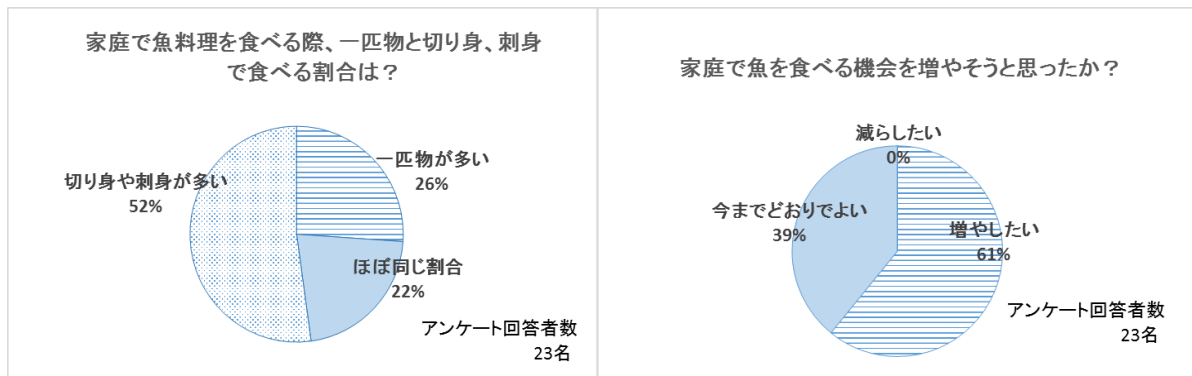
お箸の使い方



魚の食べ方

食べ方教室終了後に保護者に行ったアンケートでは「家庭で魚料理を食べる時、一匹物の魚を食べる割合と切り身や刺身で食べる割合ではどちらが高いですか？」という問いに「切り身や刺身で食べる割合が高い」と答えた人が半分であった。やはり、切り身や刺身が好まれる傾向にあり、一匹物の魚に焦点を当てた食育教室の意義を感じた。

そして、「今回の教室に参加して、家庭で魚を食べる機会を増やしてみようと思いましたが？」という質問には「増やしたい」と答えた人が61%、「今までどおりでよい」と答えた人が39%であった。



これまでの食育教室を通して気が付いたのは、地域やイベントで参加者を募集して開催する場合、魚を苦手な子供は少なく、魚好きな子供が多く集まる。

しかし、私は魚好きな子供だけでなく、むしろ、魚を食べる事が苦手な子供にも参加してもらいたいと思う。

そのためには学校での授業の一環として、この食べ方教室を行うことが必要だと考えている。魚が好きな子も嫌いな子も否応なく参加してもらえるからである。

6. 波及効果

今回、食育活動を再開することになり、講師役は私であるが、準備や当日の運営等については、他の部員も協力してくれ、女性部活動として実施している。

部員の減少とともに、活動が停滞していたが、再び女性部に活気が出てきた。

また、食育に取り組みことがきっかけとなって、女性部が再び地域とつながる活動ができたこともうれしく思っている。

7. 今後の活動計画

次回の食べ方教室は中学1年生を対象に行う計画になっている。この教室に関心を持っていただいた栄養教諭からの依頼があり、家庭科の授業で魚の処理、煮魚の調理をして、食べ方を教える内容で行う。先生がおっしゃるには、今の中学生は家庭で一匹の魚を食べる機会が少なく、箸が上手に持てない生徒も多いそうである。そして、中学生には必要な内容であるが、学校だけでは対応できないので、ありがたいと言っていた。

来年度、香川県中学校教育研究大会の学校給食部会でこの食べ方教室を取り上げるという話もあり、これから、多くの学校から依頼されることを期待している。

私たちの食べ方教室の対象者は幼稚園児に始まり、小学生、そして、中学生である。孫に魚の食べ方を教えたいからと、60代～70代の男性グループからも話があった。

当初、お箸の持ち方や魚の食べ方の食育教室は小さい子供を対象にすればいいと思っていたが、そうではないようで、思わぬ反響に驚いている。

これからも骨がある魚の食べ方のコツを教えることによって、面倒くさを理由に魚を敬遠する子供が減ることを期待している。

また、同時に魚の命をもらって、私たち人間の体の中で、エネルギーや血となり、魚が

生き続けているという命の大切さも教えていきたいと思っている。

そのために少しでも役に立てるよう、お魚一匹食べよう伝道師として、活動を続けていきたい。