

声を出し、知恵を出し、行動する食育活動

宮城県漁業協同組合石巻地区支所女性部
吉野 八重子

1 地域の概要

宮城の海は世界有数の三陸漁場の南方に広がり、黒潮と親潮が豊かな海の恵みを運んでくる。石巻市は県の中央部北上川の河口に位置し、目前に仙台湾と連なる石巻湾が広がっている。リアス式海岸の発達した牡鹿半島では穏やかな海を利用してカキ、ホタテガイ、ノリ、ワカメ、ホヤ、ギンザケ等の多種多様な養殖業、沿岸から沖合では漁船漁業が営まれ、これらの豊富な魚介類を利用した水産加工業が盛んな地域となっている。特定第三種の石巻漁港や重要港湾の石巻港などを有する人口16万余りの水産都市として知られている（図1）。

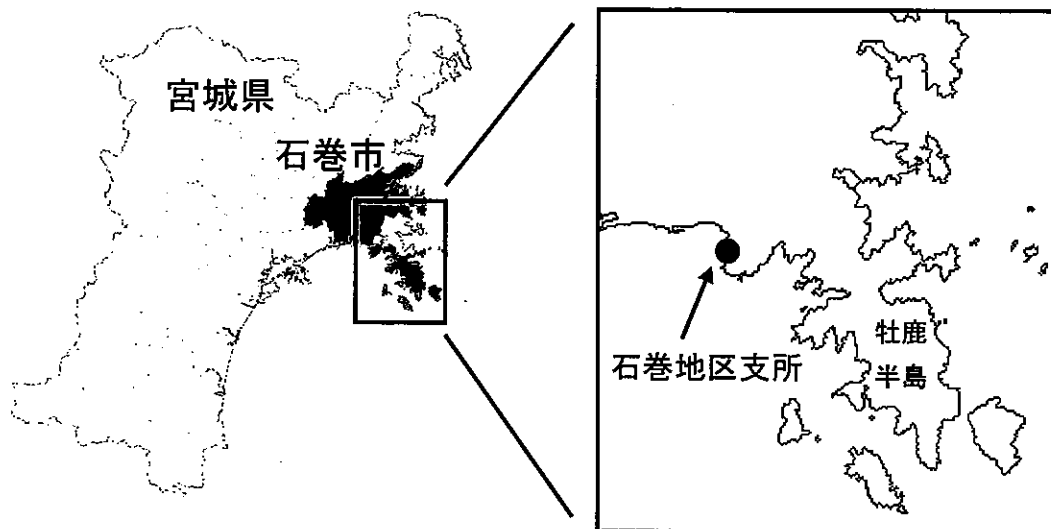


図1 宮城県漁業協同組合 石巻地区支所の位置

2 漁業の概要

宮城県漁業協同組合石巻地区支所は石巻湾に面した牡鹿半島の西側に位置し、カキやノリの養殖業、アサリ等の採貝、小型底曳網、刺網、小女子漁等の漁船漁業、定置網漁業が営まれ、現在の支所の組合員数は307名（正184名、准123名）となっている。平成21年度の支所水揚げ金額はカキ8億735万円、ノリ1億5,681万円、アサリ2,274万円、漁船漁業および定置網漁業がそれぞれ、2億5,493万円および3,289万円であり（図2）、カキの生産量は県内で最も多い支所となっている。

平成22年2月28日にチリ沿岸域で発生した地震による津波が本県沿岸を襲い、生産盛期であったカキ、ノリ、ワカメ等の多くの養殖施設が大きな被害を受けた。そ

の後の生産者の懸命な復旧作業や各方面からの様々な支援により、今期の生産を迎えることができた。

3 研究グループの組織と運営

平成10年から平成11年に荻浜、小竹浜、佐須浜、月浦、桃浦、田代浜、沢田の各漁協が合併して石巻地区漁協が誕生し、各地区の女性部が一つとなり、石巻地区漁協（現宮城県漁業協同組合石巻地区支所）女性部としての活動が始まった。現在の部員数は64名（うち役員8名）で、その運営は、組合からの助成金や会費等で賄われている。

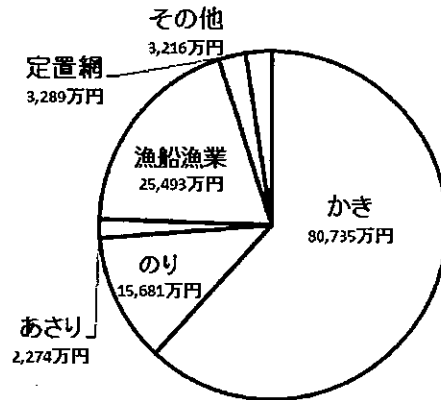


図2 石巻地区支所の水揚げ金額内訳(H21年度)

4 実践活動課題選定の動機

平成13年4月に調査捕鯨船「日新丸」が石巻港に入港した際に、石巻魚市場からの依頼で鯨料理のお手伝いをした。その際、消費者と漁業者等が一緒になって食卓から海を見つめ直すことをテーマに活動している「ウーマンズフォーラム魚（さかな）」の代表者との出会いがきっかけとなり、都市住民と漁村のお母さんたちとの交流を目的とした「浜のかあさんと語ろう会」に参加した。その年の6月には東京都北区の西ヶ原小学校、平成15年2月には東京都清瀬市清明小学校で児童とその母親を対象に、石巻で水揚げされる魚介類を用いた料理教室が開催された。都会の子供たちが素手で魚に触り、初めて見る魚に歓声を上げ、興味深げに話を聞く姿は私たちにも新たな発見が多く、有意義な時間を過ごすことができた。

表1 女性部活動の経過

*平成22年度は12月末現在

活動の内容 (対象)		平成 13年度	平成 15年度	平成 16年度	平成 17年度	平成 18年度	平成 19年度	平成 20年度	平成 21年度	平成 22年度
食育活動の きっかけ	「浜の母さんと語ろう会」親子料理教室 (東京都)	○	○							
オリジナル の活動	魚料理教室 カキむぎ体験 (荻浜小学校)		○	○	○	○	○	○	○	○ (予定)
	魚料理教室 (荻浜保育所)					○	○	○	○	○
	鯨料理教室 (宮城水産高等学校)						○	○	○	○
石巻市・食育 コーディネーター 等との連携	魚料理の提供 (原マリン・レゾンスクールの参加中学生)				○	○				
	親子料理教室 (稲井公民館・親子)						○	○○		○
	親子料理教室 (飯野川第一小学校・親子)							○	○	(予定)
	魚料理教室 (荻浜中学校)								○○ ○	
食育活動の レベルアップ をめざして	料理交流会 (JAいしのまき河南地区女性部) (石巻地域生活研究グループ連絡協議会)								○○	○○ ○

その一方で、私たちの生活する浜でも、夫婦共稼ぎやサラリーマン家庭が増え、子供たちの食をとりまく環境は変化していると感じていた。浜に育って魚介類を食べない子供、魚のさばき方を知らない若いお母さんたちも増え、また、地域で営まれているカキ養殖への関心も薄れており、魚離れが急速に進んでいると感じていた。子供たちに、豊かな海がもたらす魚介類、地域を支えるカキ養殖業、地域の食についてもっと関心を持って欲しい。私たち女性部だからこそできることがあるのでは？との思いから、地元の石巻市立荻浜小学校を訪れ、女性部によるカキ剥き体験と魚料理教室の開催について提案し、私たちの食育活動は始まった（表1）。

5 実践活動状況

(1) 地域で始まった女性部独自の食育活動

平成15年から荻浜小学校で高学年を対象としたカキ剥き体験と魚料理教室をそれぞれ開催し、現在まで毎年2回の料理教室を開催している。カキ剥きや魚の下ろし方は私たちが手本を示し、ポイントを教えた後、子供たちに実践してもらおうようにしている。子供たちのぎこちない手つきに内心ヒヤヒヤしながらも、回を重ねるごとに上達する子供たちの姿に感心した（写真1、2）。魚料理教室では地元の定置網で水揚げされる魚、スーパーでは店頭並ぶことのない魚も使用し、名前当てクイズ等で子供たちの興味を惹くように心がけた。できあがった料理は全学年でおいしく頂くこととしており、教室には児童の母親やおばあさんにも参加を呼び掛けている。

料理のメニューは、イカと大根の煮物、サンマのつみれ汁、カキ汁、タラ汁等の旬の食材を用いた昔ながらの浜料理に加え、サンマのかば焼き丼、カキの酢豚風あんかけ、カキチャウダー等、今時の子供たち向けにアレンジしたメニューも加え、レパートリーを広げている。これらの教室では調理の体験だけでなく、学校側と連携しながら、栄養士によるバランスの良い食事についての学習も併せて実施し、食に関する正しい知識の習得にも努めている。

平成18年からは、荻浜保育所からの依頼を受けて、幼児を対象にした料理教室を開催している。魚の下ろし方は幼児の目の前で私たちが実践し（写真3）、幼児たちに調理の過程を見せることで、食に対する興味を持ってもらうように心がけている。年少、年中、年長組のそれぞれの年齢に応じて、汁物



写真1 カキ剥き体験
(荻浜小)



写真2 サンマ三枚おろしに
挑戦(荻浜小)



写真3 目前でおろす魚に
興味深々
(荻浜保育所)

で使う豆腐、ネギ、皮をむいた大根やニンジンをそれぞれ切ってもらい、包丁の使い方の基本を教えた（写真4）。また、出来上がった料理は幼児全員で箸を使って食べてもらうようにしており、みんなで正しく、楽しく食べてもらうことを目標としている。

平成19年には石巻市で全国鯨フォーラムが開催されたことが契機となり、宮城県水産高等学校からの依頼を受けて、食品科学類型3年生を対象にした調理実習を実施している。石巻の鯨の食文化、捕鯨の歴史への理解、食育を目的とした実習で、鯨の刺身、炊きこみご飯、竜田揚げ、皮入り中華スープ等を調理し、試食後は、牡鹿半島の捕鯨の歴史や調査捕鯨についての講話を行っている。



写真4 包丁は注意して使います(荻浜保育所)

(2) 広がる食育活動（食育コーディネーター、石巻市との連携）

私たち女性部の継続的な食育活動により、地域の食育活動に取り組む団体と食育の協力を必要とする団体とを繋ぐ、みやぎ食育コーディネーターからの紹介を受け、平成19年から稲井公民館、平成20年から飯野川第一小学校で農村部の親子を対象とした魚料理教室が開催されている。

さらに、平成21年には石巻市の主催する「中学生のためのお魚料理教室」への派遣を依頼され、荻浜中学校で各学年を対象にした料理教室が3回開催された。

(3) 食育活動のレベルアップをめざした交流会

平成21年には、食に関する講演会で同席したJAいしのまき河南地区女性部と、それぞれの活動の状況、取り組みについてお話する機会があった。同じ石巻市内でも浜と農村部では食文化が異なり、お互いにそれぞれの地域の郷土料理について興味があり、それぞれの食材とその調理法について学ぶことで今後の活動に生かしたい、と意気投合し、交流会を開催することとなった。7月に開催された交流会では、私たち女性部からホヤの天ぷら、カツオの味噌煮、イカの中華風サラダ、JAいしのまき河南地区女性部からは季節の野菜を用いた団子汁や米粉のシフォンケーキをそれぞれ披露した（写真5）。その後も、お互いの地域を定期的に交互に訪問して交流を深めている。



写真5 JAいしのまき河南地区女性部との交流会

6 波及効果

活動当初は、私たち自身も手さぐりの状態だったが、教室に参加したお母さんや先生からは、普段の給食では好き嫌いの多い子供が料理教室では残さず食べること、家

庭でも積極的に料理を手伝うようになったこと、スーパーの鮮魚売り場では熱心に魚を見るようになったこと等、驚きの声が多い。私たちの活動により、子供たちは試行錯誤を繰り返しながら食材の下準備から味付け、調理の様々な過程を楽しみながら手掛けることで一体感、達成感が生まれ、食に対する意識が確実に高まっていると感じている(写真6)。また、カキ剥き体験により、カキ養殖に従事する家族の苦労を改めて認識し、積極的に仕事の手伝いをするようになった児童も多く、勤労観を養うきっかけにもなっている。



写真6 一体感、達成感が
生まれます(荻浜保育所)

子供たちの笑顔や「おいしい!」との声は私たちにとって大きな励みとなり、新しいメニュー作りのために試作を重ねて教室に臨むようになり、創作意欲が向上している。今後は、農村部との交流会により、新たな食材や調理法を積極的に取り入れ、子供たちに披露したいと考えている。地域の小学校や保育所で始まった食育活動は、石巻市や食育コーディネーターとの連携、石巻魚市場による食材準備への協力など多方面からのサポートにより、その活動の輪は大きく広がっている。私たちの料理教室を体験した子供や母親、交流会で親交を深めた人たちは、のべ964人(平成21年度末現在)となった。

平成20年10月には、私たちのこれまでの活動が評価され、農山漁村女性・生活活動支援協会などが主催する「農山漁村いきいきシニア活動」の水産庁長官賞を受賞した。

7 今後の課題や計画、問題点

地域の子供たち対象とした活動を継続し、これまでの活動で培われた食育活動に関するノウハウを関係団体とも共有しながら、その対象を市内、県内の子供たちへと広げていきたいと考えている。また、農村部との交流会も定期的に開催して、海の恵みの素晴らしさを発信し、水産物の消費拡大にも貢献したい。今後も私たち女性部の合言葉「声を出し、知恵を出し、行動しよう」を楽しみながら実践していきたい。