

おおさか食育フェスタ

「野菜バリバリ・朝食モリモリ 2011」 ～つなぐ食育！伝える食育！～



大阪府食育推進ネットワーク会議と大阪府主催の恒例の「おおさか食育フェスタ 2011」が、今年も8月2日大丸心齋橋店北館の大丸心齋橋劇場・イベントホールで開催されました。大阪府栄養士会は体験型食育ブースにおいて、酒井会長をリーダーとして、社会活動部理事8名が揃いの黄色のジャンパーを着用して担当しました。一般の方には分かりやすく、例年好評のサットシステムを用いて「あなたの朝食を診断します！」で、メインテーマの野菜バリバリ・朝食モリモリにそって実施しましたので報告いたします。

夏休みのこともあり、開場と同時に参加者が殺到し、18時の終了まで途切れることなく、診断は250名を超えました。体験者は、親子・夫婦の家族連れが多く、時には仲良しグループのおば様方、午後からは管理栄養士養成校の学生達が勉強(?)に大勢来られました。

年齢は幼児から70歳後半の方までいらっしゃいました。

幼児はトレーに自分が食べたいものを真剣に選び、「食べたもんやでえ」とお姉ちゃんに言われ、一生懸命思い出していました。食育フェスタに来られる方は元々食に関心がある方たちですので、子どもたちの朝食は学会等で発表さ

れている結果に反し、欠食はなく、☆3つ(☆5つで満点)の合格が多くありました。一人だけ菓子パンと野菜ジュースの子がいて、この子に栄養教育をしようと待ち構えたのですが、☆3つの合格点！その子の得意顔、まいった！後で食品群と栄養価を確認し、納得。また、毎年参加し、今年こそは5つ星を目指した小学生男子がいました。栄養士会のイベントに期待している親子の話に、疲れを忘れることができました。

熟年の女性は、☆2つになるとどうすれば☆3つの合格になるのか、増やしたり、減したり。たいていは、主食を増やし主菜を減らすことが多く、「主食を摂ると太るから」と言いながら、「バランスが大事なのね」と納得していただきました。反対に、男性は「家内と同じや」と言い、無関心を装いながら結果に満足げに帰られます。イベントなのでデータ処理をしていますが、若年者だけでなく壮年期の女性にもやせ願望(?)があるのか、バランスよりも全体に量が少ない人が意外と多いと感じました。

養成校の学生達については、先生方のご指導の賜物なのか、積極的に参加し、関心も高く、自分の朝食の☆の数の少なさにめげず、おすすめメニューに挑戦し、和食メニューと洋食メニ



ューと比較したり、何度もチャレンジしていました。もちろん終盤で人が少なくなった頃を見計らったことです。この学生達がこれからの栄養士界を担うのだと思いつつ、期待をこめて「しっかり勉強するのよ」と言って別れました。もちろん「卒業後は、栄養士会に入会するのよ」とちゃっかり宣伝もいたしました。

会場では何人ものベテラン管理栄養士から声をかけていただきました。ベテランの方々の努力されておられる姿には、いつも頭がさがります。



今回のような大きなイベントは栄養士会だけでは実施できません。体験型食育ブースだけでも、14 団体が出展していました。食育は子ども達だけのものではなく、あらゆる世代に必要なのだとますます実感しましたし、管理栄養士・栄養士だけが食育を実施するのではなく、いろいろな専門職種が関わりながら推進するものだと思います。それくらい食育というのは広範で重要なことだと思います。とはいえ願わくば、食育は管理栄養士・栄養士の専門職域になるよう頑張らなくてはとも考えてしまいます。

最後に、何度か食育フェスタに参加しましたが、今年の経験は地道な公益事業を継続することの意義を、私自身が体感することができました。そして、来年度からの公益社団法人としての大阪府栄養士会に対して思いを新たにすることができました。

(文責 地活 大橋陽子)