学校給食 Vol 26 No242
1月号 1975

子どもの「食環境」と「食」

食物の栄養と味について正しい認識のために子ども達の食物づくりへの積極的な参加が必要だ。食物づくりのプロセスに参加することによって食物への主体的な認識を促すだろう

足立己幸

子どもの食環境を変革

推計学やマスコミの発達といういわば環境の変化が，食糧危機の到来を興味本位に伝えることが多いからだろうか。肝心の食糧危機の真相が不鮮明なままに危機からの脱出方法が問題にされることが多くなった。

方法にのみ走るのはそれなりの問題をもとうが，食糧不足だからこそむだのない合理的な食べ方が要請されるわけで，この「合理的な」は真に「人間」にとって合理的な，を問わねばならず，このことは食糧の過不足をこえた人間の食についての基本的な問なのであろう。

私に課せられた課題はこのことについて環境とのつながりでアプローチすることである。これほどむづかしい問題があるだろうか。考えはじめるとその深さに驚くばかりで，一向に答らしきものは出てこない。

そこで食糧危機期を迎えるにあたって，子どもの食環境をどのように変革していったらよいかについての模索のプロセスをそのまま被歴して，話題に供すことでお許しいただくことにしたい。すなわち，子どもの食環境とは何か，それは子どもの「食」にいかなる影響を与え，形成されているのか，そしてどんな問題点をかかえているのか，と考える中で，子どもの「食環境」と「食」との関係のダイナミックスを把握したいと願うのである。（ここで食環境とは，食堂の雰囲気とか，人間関係といったものにとどめるのではなく，人間の食べることに関連した「食」活動をめぐる環境である。それが独立してどこかに存在するのではなく，環境の人間の食にかかわる側面を大まかにとらえておく）

社会・経済的条件の影響

子どもの食活動は「食」物を具体的に食べる活動と栄養や食物についての知識を習得していく活動にまず二大別される。

子どもが食物を食べるルートは基本的には三つある。

家庭で作り出された食事を食べる
学校で作り出された食事を食べる
それ以外の場所（たとえば，親戚や友人の家外食堂やレストラン，スナック，街角の屋台……etc）で作り出された食事を食べる。

いずれの場合も，その地域社会で生産され，加工され，流通されている食料品を材料にして調理し，料理として仕上げられ，それぞれのやり方（食事様式）にもとづいて供される。この食事づくりのプロセスで“環境”の影響は大きい。まず生産食糧の生育条件として，地域内生産食糧の内容を決めていく。これは単純に自然的条件だけではなく，生産活動にたづさわる人をめぐる社会的条件の影響も大きい。

それらの食糧を利用して，食品加工や流通が行

なわれる。その方向は，よく売れる（よく消費される）方向であり，地域社会の交通や他産業の展開との関連の中で，具体的な加工方法や，流通，販売の内容が決められていく。いわゆる社会，経済的条件の影響をモロに受けつつ，その方向や方法は決まっていく。

そうして作り出され，販売されている食料の中から家庭や学校の食事作り手たちは合理的で，必要な品を選び出し，調理し，食事として供する。ここで注目してほしいのは，食糧生産段階の条件であった気候風土や労働上の条件などは，ことごとく生産され，流通されている食料の中にこめられているのであり，環境としてとり残されたのではなく，今，供されているその食物の一部になりきっている点である。

主婦が食料の選択をする場合は選択者の選択力とそれをめぐる条件が媒介する。選択者が立案した食事プラン（プラン時にすでにプランナーの知識，技術，食物観，そのプランを調理として具体化する上に関与する諸条件の影響を受けているのだが）にもとづいて，入手の難易，価格の適否などの条件の規制を受けながら，一つ一つの食料が選択されていく。ここでいう選択者の選択能力とは，栄養や食物についての知識を含めた食物観，およびそれを社会において具体化する力，経済的能力を中心としたものと考えているが，これらはすでに日々の選択の実践によって確認され，育まれてきた能力であり，そのことは，選択時にかかわった環境条件の反映でもあり，その所産としての能力でもある。

入手した材料を用いて実際の調理作業が行なわれる。ここでも生活時間，他の家族員の協力，調理設備など，環境条件の影響を直接受けながらすすめられていく。

非常に雑ぱくに経過をたどってみただけでも，これだけの条件の影響を受けて食事は作り出され，子どもたちに供される。その食事は，この全プロセスに関与してきた環境条件がことごとくこめられたものであり，そのすべての反映であり，成果であるといえよう。「その食事」を子ども達は食べる。

子どもと環境条件との関わりあい

さて，視点をかえて，子ども達の食べる行動における環境条件の関わり合いを眺めてみたいと思う。

「あーあ，腹がへった……」といってむさぼり食うおやつを例にあげて考えてみよう。

腹がへった一と空腹状態が意識されるに至るまではすでに多くのプロセスをふんでいるわけで，まず生理的条件の変化（最も典型的には血糖値の低下），その恒常性を保つための情報が大脳視床下部の摂食中枢や満食中枢等を刺激して，空腹状態が作り出されていく生理レベルの変化，それが空腹「感」として感知され，何でもいいから食べたいというぼく然としてはいるが，食べることへの欲求として発現してくる。

ここで，“ブドウ糖液で血糖値を高めたい”とは思わずに，何でもいいから食べたいと思うことから考えると，すでに過去の食体験の中で獲得してきた食物の栄養物としての有効性や愛着，好みの傾向，嗜好（？）で“薬物ではなく食物”が選択されてきたと考えられよう。しかも何でもの中身は，その人間にとっての“何でも”であり，すでに食体験（知的な体験も含めた）によってライトがあてられてきた“何でも”であろう。そしてしだいにその内容は鮮明になっていく。ここではまさにその人間の食体験，その成果としての食物の嗜好，食物観などがフルに動員されて，その人間をとりまく自然的，社会的条件と対応しながら像は右にゆれ，左にゆれながらも少しづつ鮮明になっていく。

たまたま通りかかった路地にそば屋を発見，古い，ぼろぼろの貫録あるのれんが，直接の動因となって，「そば」が食べたいという具体的な食物への欲求，食物欲として高められる。もしラーメン屋の屋台があれば，具体的にイメージアップされる食物像はラーメンであったかもしれないといった中での環境とのつながりでうきぼりにされた“そば”である。

しかし，さいふの中をのぞいてみると200円しかない，天ぷらそばは250円だから買えない，ちょうどその時，近所の口うるさい主婦が通りかかったので，こんなそば屋に，こんな時間に子どもが1人でと批難されるだろうという判断もなされて，腹がへっても，すぐ手の届くところに存在していても，実際に「食べる」に到らないのである。

ここで注目したいことは（基本的には前述の調理のプロセスと同じであるが）一つの料理を食べる行動にかかわる環境条件がたった一つで独立して行なわれるのではなく，相互に関連し合いながら関与することと，各プロセスごとに，それぞれの関わり方で影響を及ぼしていること，その結果は，次の行動に影響を及ぼすという歴史的な選択行動の中でくみこまれてしまってくることなどである。食欲が単に生理レベルの単純な条件反射ではなく，すでに過去の食体験などの成果としての嗜好によって方向が与えられていると考えられる点は驚異である。

嗜好や食物観の形成へ

もう一つ注目を要することは，ここで方向の決め手になっている嗜好や食物観がどのように形成されるかである。ここでは嗜好をごく狭義に解釈して，食物への好みや嫌いについての感覚的な面とすると，実際に食べることによってその感性はみがき上げられていくことになる。

一方食物観や食観は，関連した知識，価値観の集大成と考えられるが，その材料の提供ルートはこれまた複雑である。母親，家族，その周辺，学校の教師，栄養士，関係職員，そして友人，（子どもの場合は他の教育機関における受講の機会は皆無に等しいので）等のように個別のルートを通して入ってくるもの，また，最近とみにクローズアップされている，マスコミを中心とした不特定多数を対象とした情報網を介する場合とである。

後者への子どもたちのニードは非常に高く，また，その惨透力は目をみはるばかりで，子どもたちの食物観形成に及ぼす影響は非常に大きい。ここにコマーシャルベースにのって流通される新製品と，マスで流される情報とが相乗作用をおこしての食物選択への影響を見逃すことはできまい。

このような知識，食物観は，具体的な食物を食べるという実践によって確認され，点検される。そして次の知識欲の発露ともなっていくのである。

子どもたちは食環境のさまざまの条件の規制を受けながら作り出され，供された食物を食事として食べる。したがってその食物は，栄養物としては，味となるものとしてはもとより，人間の労働の所産であり，文化的活動の所産である。

そのような食物を子どもたちは食べることによって，生命活動を営み，次の健康状態を作り出し，将来の労働力の基礎を作りあげていくと同時に風味を味わいつつ食べることによって味覚や嗜好を形成し，次の「食欲」の基礎を作っていく。

それぞれの様式にもとづいて食べたその食べ方は，その家族として，その地方民として，その民族としての食事様式の伝承を担っていることであり，その食文化を育てていくことになる。これらの営みを通して得た素材をもとにして，子ども達は自らの食物や食べることについての知識を拡げ，深め，食物観を構築し，嗜好によって現実化しつつ，「食」欲の方向を定め，「食」環境そのものに影響を及ぼしていく……。

人間はこのダイナミックな「食」の道を自ら切り開いて歩いているのである。一人の子どもの道はその家族の，その地域社会の，その民族の，人類全体の道の要素となると同時にそうして作り出された道が作り出す「食」環境は，人類の一員としての，民族の一員としての，地域社会の一員としての，家族の一員としての，その子どもの道の方向を規定していくことになる。ある時点での食事内容は，その子どもの過去の全食体験の反映であり，次の食欲の条件となり，歴史的に継承されていく……。

子どもの食環境づくりへの参加

「子どもが食物を食べる」という非常にささやかな子どもの行動を「環境」とのつながりでとりあげてみた時に浮きぼりにされてきたこのダイナミ

ックスを本稿の主題である食糧資源問題と結合させて考えてみよう。

一つは人間の食行動にとっての主要な環境要因である食糧資源そのものは，人間の過去の食行動を所産であることをあらためて確認することになった。不足になったから仕方がない，その条件内でのやりくりの問題としてではなく，不足状態をもたらした主犯としての人間の食物選択のしかたを問わねばならないということである。

子ども達に無条件に，現在の選択のしかたを伝承するのではなく，食糧不足下での処生術の伝授ではなく，食糧そのものを作り出してきた自然への働きかけのしかた，食欲の方向を問うべきだといいたいのである。

二つは，子ども達の食欲の方向が，単に広い範囲の食物に向うのではなく，一つの食物の内部に向って展開されたいことである。牛乳もかんでのむほどでなくとも，その保有している味分を十二分に味わう習慣，その味わい方を育てる環境づくりの必要性が再び強調されよう。

第三，二と基本的には同じであるが，一つ一つの食物の多側面にわたる利用のすすめである。

食糧が豊富な時期には，栄養物としての有効性をもつ食物，味物として価値の高い食物などと，食物としての性質を分散させてそれぞれに満足していた感じがする。牛乳は良質の栄養物として目をつぶって飲む。そのあとでファンタをたっぷりといったたぐいの分散である。多分相当きびしく経済的な規制がしかれる中で一つの食物に栄養物として，味物としての価値を矛盾しつつも結合できるような食物の把握。そういう食物観の養成の必要性である。

そのためには食物の二特性である，栄養としてと味にかわるものとしてについての正しい認識が必須でありここに，危機時代における栄養教育の重要性が二重に高まってくることになる。

第四，これらのために，子ども達の食物づくりへの積極的な参加が必要になる。食物づくりのプロセスに子どもを参加させることの意味は，食物への主体的な認識を促すだろう点である。

準備されたものを受身に食べるだけから立場を逆転して，作り手へまわしてみると，食べる人間とのかかわり合いの中で食物が位置づけられる。調理という作業への興味を育てるだけではなく，人間の食物とは，人間自身が作り出して食べるものであることを体得していくだろうし，そのことは日々の自分自身の食べものや食べ方を相対比することができるようになろうからである。

作る作業は，食事プランづくりに参画すること，材料の選択一買物への参加，そして調理，サービスと多様であり，その子どもの従来の参加体験や，興味の程度，知的発育度などに対応して適当な場が与えられることがのぞましい。

この時，子どもの食環境づくりに，子どもが“作られた食環境”の中に閉鎖的に入りこんでしまうのではなく，子ども自身が食環境づくりに参加し，食環境を将来に向って開かれた系としていく大切な手がかりにもなるのではないかと思う。

（女子栄養大学食生態学研究室助教授）

今日のたべもの百話

——食品の話による放送資料——

学校給食シリーズ第6集

食品と料理についての話を子どもに興味深くきかせる本。たとえば，体温やはたらく力になるたべもの，からだをつくるたべもの，からだの調子をよくするたべもの，などに分類。正しい食生活のあり方を考える学校や家庭で好評。

全国学校図書館協議会選定図書

学校給食研究会編

A5判　100頁　さしえ58

¥500　〒160

子どもの生活環境にみる変化

かつての親は物を粗末にするなということを教えることに力を注いだと思うが　しかしいまの親はいいかげんに古くなったら捨てることを教えなければならないわけである。

石　井　哲　夫

困った親がふえている

最近，情緒障害児とか自閉症児がふえてきているということは，いったい何を意味しているのであろうか。ある人は，社会全体の風潮を根本の問題としてあげている。社会生活において目標を失ったおとなの生活態度は，育児においても確固とした価値観がもてなくなり，それが子どもの精神生活を不安定にしていく，というわけである。あるいはそうであるかもしれない。だが，いくら社会を責めても今の子どもの生活はよくならないのである。

この親の影響を全面的にうけて，きょうも生活している子どもがいる。しかし，どんな社会でもりっぱに子どもを育てた親がいる。だからわれわれは，親に期待することをやめてはいけないと思うのである。現に驚嘆するようなりっぱな親にたくさん出会っているが，しかしその反面，こまった親がふえていることも事実なのである。たとえば，

(1)　表面的には依存的で従順のようにみえるが，内心は自説をまげず，結果としては専門家にしたがわない親。

(2)　親としてどう考え，どう対処したらよいかわからずに，つねに，いろいろ細かく指示をあおぐという自説のない親。

以上の二つの傾向は，相反する極端な傾向を意味している。この両極的な傾向をもつ親こそじつはこまった親なのである。

(1)の自説をまげないという親は，一般に利己的で感情的な論理で動きやすい親である。数としては非常に少ないかもしれないが，今後はふえていくと思うのである。

たとえばわたしの知っている幼稚園であった話だが，ひとりの母親が先生のところへやってきて「運動会のとき，赤と白に分けたり，赤勝て，白勝てなどという声援はやめてほしい。競争心を育てることは，子どもをゆがめさせることになるから」というようなことを，きわめてしんけんに申しいれたのである。そして，先生がこの申しいれには応じられないというと，それでは別の幼稚園をさがすといってやめてしまったのである。

幼稚園でこのようなことが行なわれるから，子どもがゆがむと本気で思っているのなら，これは人間をおどろくほど知らないということなのである。しかも，このような親が，かなりのインテリ層にみられるのである。

ウイーン大学のアスペルガー教授が，自閉症児，情緒障害児の親に，都市のインテリ層の親が多い事実を指摘しているが，わが国においても，その傾向をみとめることができるのである。われわれの児童相談の対象にも，多くのインテリ層がみられるが，この中には，かなり見識が高いゆえに，他人の見解をすなおに受けいれられないということから，相談，治療関係の成立しにくいというなやみが生まれているのである。